BIBLIOTECA NAZ.
XXXIII
G
66
NAPOLI

BIBLIOTECA NAZ.
Vittorio Emanuele III
XXXIII
G
66
NAPOLI

XXXIII
G
66

VERGARI

IGIOLOGIA.

Digitized by Google

IGIOLOGIA

DEL DOTTORE

ACHILLE VERGARI.

VOLUME UNICO.

NAPOLI,

DALLA STAMPERIA DELLA SOCIETA' TIPOGRAFICA

1826.

Haec bene si serves, tu longo tempore vives.

SCUOLA SALERNITANA vers. 7.

PRELIMINARE.

Dare conoscenze per principj teorico-pratici come conservar l' uomo nello stato sano per renderlo quindi suscettibile di vita longeva, sono le dottrine su le quali si è cercato versare nel presente trattato di Igiologia.

Per rendere compiuta la istruzione si sono aggiunti particolari precetti per gl' individui delle varie classi sociali, ed altri in generale per ben regolare la salute de' popoli.

Han servito di guida al lavoro (com' è nostro solito) i precetti de' maestri nell' arte, la sperienza, e la ragione.

DEFINIZIONE, STORIA, OGGETTO, VANTAGGI, E PIANO DELL' OPERA.

I.° *La* Igiologia *è quella parte di medico sapere la quale versa sopra conoscenze per conservar l' uomo nello stato sano, per renderlo quindi longevo. — Deriva la sua denominazione dalle greche dizioni ὑγίεια λόγος, discorso sulla salute. Quindi sotto l' enunciato vocabolo si può comprendere quanto si è detto con altri nomi sullo scibile in trattato.*

II.° *La* Igiologia *non vanta meno antichità delle altre parti della scienza medica, e forse fu la prima della quale i prischi uomini si avvalsero per non infermare, poichè stando a quanto vien detto dalla storia di antichi popoli, eglino giunsero a personificarla formandosene una Deità*, Igiea. *Successivamente col perfezionamento e coltura della razza umana al pari del resto dello scibile fu portata a miglior destino* (Storia della scienza medica-Igiologia).

III.° *Dal detto nella definizione si può rilevare che la Igiologia ha per oggetto di conservar l' uomo nello stato sano, e renderlo quindi suscettibile di longeva età; di fatti è negli andamenti della vita umana l' essere longeva, una volta che si abbia l' accorgimento di ben conservarla: in tal sito ne può valere di pruova l' essersi osservata tale in più individui nelle varie epoche della razza umana, non essendo questo il loco di dire del come ciò avvenir possa, senza entrare in perquisizioni polemiche e di argomento fisiologico, che supponiamo conosciuto.* (Fisiologia).

IV.° *Avendo la Igiologia per oggetto la conservazione della vita nello stato sano, ne nasce che sua mercè l' uomo va a conservare quanto di più caro interessante e grande può avere qua giù. A questo proposito diceva* Plutarco *nel suo dialogo sulla conservazione della salute*, a che giova impiegar tanto studio nella geometria, nella musica, dialettica ec., e trovarsi poi in una profonda ignoranza sopra di ciò che riguarda la salute dello stesso suo corpo? *E di questa parte alcerto intesero parlare que' filosofi educatori e politici quando inculcarono ad ognuno di avere conoscenze di medicina, non richiedendosi per intenderla quelle tante nozioni che abbisognano per le restanti. È perciò che convien reputarla come la più utile e vantaggiosa di tutte le altre parti del sapere umano.*

V.° *Per esaurire l' oggetto igiologico nella dovuta estensione, e per esporlo con chia-*

rezza, da potersene giovare anche i non medici si seguirà il seguente piano: Si partirà dal dare conoscenze sulla salute in generale ed in particolare, e sul come conservarla sana e quindi longeva: Poscia si scenderà a dar precetti per ben serbarla nelle varie classi sociali: ed in ultimo come ben regolarla nella generalità de' popoli. Quindi l' oggetto igiologico sarà trattato in tre corrispondenti sezioni, ciascuna delle quali sarà esposta come segue.

La prima sezione sarà cominciata col dare nozioni sulla salute in generale derivandole da' principj fisiologici di organizzazione, dall' esercizio di funzioni, dagli andamenti della vita, da idee delle prime età, da' genitori ec., e ciò formerà oggetto del primo capitolo. — Le conoscenze sulla salute in particolare daranno i materiali al secondo: queste saran poggiate sopra considerazioni generali e particolari sulla vita della razza umana, e daran luogo ad una nuova classificazione e nomenclatura di temperamenti. — La maniera come conservar la salute sana e quindi longeva sarà esposta in un terzo capitolo: tale indagine sarà esaurita in quattro articoli, dicendo nel primo cosa convien fare per sortire una buona organizzazione, o sia per avere ottima prole; nel secondo dando avvisi per ovviare all' azione di oggetti nocivi all' umano organismo, e quindi alla buona salute; nel terzo prescrivendo norma per ben regolare le cose necessarie alla vita; nel quarto final-

mente dettagliando in epilogo l' uso da farsi delle predette cose in caso di malatie.

Nella seconda sezione si dirà come conservar la vita sana e longeva alle varie classi sociali. I precetti saran dati divisi in due capitoli, relativi alle due classi come si può considerar divisa l'attual società umana, agiata *e* travagliatrice. *Nel primo sarà parola della classe agiata con occupazioni, e senza, e sarà diviso in due articoli. Nel secondo si dirà della classe travagliatrice con diverse occupazioni e variamente attiva, e sarà parimente suddiviso in due altri articoli.*

La terza sezione che verserà sulla maniera come conservar la salute de' popoli sarà trattata dicendo, come contribuire alle buone generazioni, ai regolari andamenti della vita, a preservarla dall' azione di oggetti nocivi, e ad avere ottime istituzioni salutari. Degli enunciati oggetti se ne dirà in altrettanti capitoli; e siccome le vedute particolari esposte nella prima, e nella successiva sezione non potevano presentare uno insieme che pel generale si richiede, ecco come si verserà sugli espressi titoli con vedute generali da corrispondere agli avvanzati, e da esaurire lo scopo da trattarsi.

Si è cercato tener dietro all' esposto piano e per potere esaurire l' oggetto igiologico nella dovuta estensione, ed affinchè si abbia in uno insieme quanto in varj trattati e sotto diverse denominazioni si è a lungo da altri esposto, non riuscendo a tutti di estender-

si in molta lettura, e tener presenti alcuni principj igiologici in diversi libri espressi. Altronde siccome era dovere dar conoscenza di tutto ciò che ha rapporto con lo scibile che si detta, perciò ai principj di igiologia generale della prima sezione si è cercato aggiugnere nella seconda la igiologia per le varie classi sociali, e nella terza i principj generali di igiene pubblica. E sebbene nella prima sezione si avrebbero potuto comprendere le restanti due, pure per servire alla chiarezza si è seguito l' espresso divisamento.

Nel versare sull' oggetto igiologico si seguirà una brevità e chiarezza da corrispondere all' oggetto di una istituzione: dove però la circostanza il permetterà non sarà trascurata la necessaria erudizione; ben inteso che in certi siti non si faranno che semplici enunciazioni o citazioni di trattati, rimettendoci pe' commenti ai minuti dettagli de' medesimi.

Mentre si tratterà della maniera come conservare lo stato sano saran date nozioni pel morboso, e precisamente sulla patogenia, e ciò si è fatto tanto per oggetto di prevenire i mali, conoscendosi i dissesti da cui possono nascere, quanto per poterli meglio conoscere e curare, poichè diceva Ippocrate *che conosciuto un male n' è facile la guarigione,* (cognito morbo facilis est curatio); *e* Gaubio *come del curvo il dritto, così del morbo è norma la sanità.* (ut curvi norma rectum, ita morbi sanitas).

I precetti che nell' opera si daranno partono come si è avvanzato da insegnamenti di maestri nell' arte, dalla sperienza, e dalla ragione: più di tutto poi valgono per que' climi che si somigliano a quello nel quale si scrive; aggiungendo che tranne qualche modificazione possono benissimo essere applicati in qualunque siasi altro.

Quanto si esporrà nel corso dell' opera e precisamente nella terza sezione s' intende detto per puro principio d' istituzione e di giovare, di modo che con certe brame espresse in generale non s' intende derogare a qualunque siasi veduta di chi diversamente si avvisa.

Di tutto ciò che si tratta se qualche parte non corrisponde del tutto al suo oggetto noi ne cerchiamo menda, e più di tutto in quelle per le quali nozioni a bastanza non abbiamo potuto avere. Con tale occasione preghiamo i nostri leggitori a volersi benignare parteciparci i di loro pensamenti tanto sulla presente opera, quanto sulle anteriori (*) e

---

(*) Norma per ricettare
Nuovo saggio di procedura medica
Nuovo trattato sulla vaccinia
Nuovo strumento per vaccinare
Norma per le relazioni mediche,
riprodotta nelle
Nozioni generali di clinica, *e norma per la compilazione di storie, relazioni, consulte, ed attestati di malatie.*

successive (**), *a fine di poterli tener presenti in caso di ristampa o altro.*

Se per novità d' idee e dottrine la presente opera non tolga il vanto, essendo la parte di scibile salutare la più trattata, non si potrà negarle un merito nella sposizione su cui versa; vedendosi forse in essa per la prima volta lo insieme enunciato, ed un valsente di circa tre migliaja e mezzo di precetti relativi allo scopo cui dirigge i suoi voti, cioè alla conservazione della vita sana o quindi longeva.

Ma dirà taluno 1. a che prò tanta pena in cumulare sì numerosi precetti mentre l' uomo naturale senza di essi ben si conserva, mentre per lo addietro si è sempre ben vissuto, ed è noto che in certi paesi si vive senza medici? 2. quali vantaggi riceve mai l' umana specie dalla vita più o meno longeva di un individuo, e da un maggiore o minor numero de' componenti di essa? Per quanto valer possano simili ragioni a coloro cui fa sempre notte innanzi sera, altrettanto noi le reputiamo da poco, essendo facile a rilevarne l' insussistenza: ora diciamo sommariamente in risposta, ed alla prima parte (rimettendoci di più estesamente parlare di queste e di altre fanfalùche che contro l' utile ed interesse dell' arte salutare soglion dirsi, ne'

(**) *Uniformemente alla promessa fatta si daranno successivamente alla luce le altre parti della istituzione.*

preliminari allo studio della scienza.) 1. *che i precetti igiologici in questo libro riuniti altro non sono che un risultato di ciò che la sperienza de' secoli ha trovato utile al ben essere dell' uomo, e che l' arte medica ha saputo raccogliere.* 2. *che di un gran novero di essi indistintamente se ne sono serviti, e tutto dì se ne avvalgono i varj popoli abitanti la nostra terra, essendosi trasmessi da generazione in generazione.* 3. *che lo studio di essi non fa che rendere l' uomo più esperto a fuggire ciò che può nocerle ed a seguire ciò che può giovarle; non diversamente riuscendo vantaggiosi di quello che valgono le conoscenze geografiche al viaggiatore, le nautiche al pilota, le militari al guerriero, le politiche all' uomo di stato ec.* — 4.° *finalmente che stando agl' insegnamenti del* Condillac *lo insieme enunciato dà pruova di un perfezionamento della razza e della scienza.*

Alla seconda parte rispondiamo col sig. Loys de Cheseaux (*) » *chi mai lo avrebbe creduto che si avesse dovuto addurre pruove in sostegno de' vantaggi che risultano da ubertosa popolazione, e far conoscere i mali dello stato opposto? Frattanto v' ha di que' che dubitano dell' uno e dell' altro. Bisognerà dunque ripeter loro che quanto maggior numero di uomini contiene uno stato nel suo seno tanto più braccia esso avrà per difendere i suoi dritti, per allontanare i furori della*

(*) Saggio sulla popolazione.

guerra, per conservare la pace, per far produrre alla terra le cose necessarie alla vita, per preparare quelle che han bisogno di esserlo? che in maggior numero di uomini si troveranno più persone di genio capaci d' inventare o di perfezionare le cose utili, più persone piene di talento e d' industria atte alle scoperte, più spiriti valenti per le scienze che influiscono alla felicità, opportuni al governo dello stato, a formare e ad eseguire progetti salutari, a concepire delle grandi vedute? che finalmente vi saranno più coltivatori e più manifatturieri? »

» Converrà dunque dire a costoro che quanto più uomini contiene uno stato i quali agiscono e consumano, maggiore è l' abbondanza delle cose necessarie; più la circolazione genarale de' generi è sostenuta; meno denajo va fuora, più ne rientra; in conseguenza proporzionatamente vi è un numero minore di persone povere, disapplicate, oziose, e di malfattori? che poichè non v' ha essere più infelice dell' uomo isolato, la sua felicità cresce pel contrario col numero di que' co' quali egli vive in società, perchè riceve da ciascuno più o men di soccorso, come ne riceve sempre? finalmente sarà necessario ricordare ad essi una troppo nota verità, cioè che la pace di cui godono, il loro ben essere, la loro felicità hanno per base il gran numero de' loro simili? »

Noi dopo l' enunciato assicuriamo, e se ne avrà convincentissima pruova nel corso

dell' opera, che standosi ai precetti che si daranno l'uomo si serberà certamente sano e longevo.

Saremo fortunati se nel versare sull' oggetto igiologico avremo per poco migliorato i fasti dello scibile salutare, e la condizione della vita umana.

SEZIONE I.

NOZIONI SULLA SALUTE, E PRECETTI PER BEN CONSERVARLA.

§. 1. Uniformemente all' esposto piano nella presente Sezione saran date conoscenze sulla salute, e sulla maniera per conservarla sana e quindi longeva. Perciò se ne tratterà partitamente in due capitoli.

CAPITOLO I.

Della salute.

§. 2. Supponendo che si abbia appreso dalla fisiologia come nasca la *vita*, e come in essa si avveri lo stato sano o sia la *salute*, e 'l morboso la *malatia*, per non ripetere lo stesso, in tal sito saran dati ricordi sommarj di cose relative all' argomento, beninteso che si farà in modo da riuscire di facile intelligenza ancora a coloro che di tante idee forniti non sono. Per esaurire l' oggetto nella dovuta estensione in un articolo si dirà della salute in generale, in un secondo se ne parlerà in particolare.

ARTICOLO I.

Della salute in generale.

§.3. Per soddisfare come conviene all' oggetto del presente articolo si è creduto dare prima una idea della salute, indi de' segni come conoscerla, desumendo questi dalle forme corporee, dall' esercizio delle funzioni, dallo stato de' genitori, dalla educazione, dalle abitudini, dal clima, e dall' uso delle cose necessarie alla vita.

§.4. Si potrà dire che un uomo gode buona salute quante volte in esso si osservi regolarità nelle sue parti integranti, e nell' esercizio delle sue funzioni (*fisiologia*).— Intanto siccome in molti ciò a tutta pruova non si avvera, mentre positivo stato morboso non si marca, così a nostro credere la salute individuale si dovrebbe distinguere in *assoluta* ed in *relativa*.

§.5. Risultando la vita umana giusta i principj di sana fisiologia da un insieme di azione organica eccitata da determinati agenti sotto l' influenza dell' *anima*, ne nasce che segno caratteristico di una buona salute sarà una organizzazione atta a regolarmente sentire l' azione delle potenze vivificanti. Se ne potrà quindi conoscere la bontà dalla ispezione oculare, e dall' esercizio delle funzioni ch' esegue; a qual oggetto quell' individuo che sarà di giusta statura nè pingue nè escarne, di colorito e cute a seconda del clima, di capo non molto voluminoso nè piccolo, di torace grande e sporto

piuttosto in avanti, di addome non gibboso, di arti proporzionati e ricoperti di muscolatura vigorosa, darà un primo annunzio di buona salute.

§. 6. Verrà confermata la predetta idea se tutte le sue funzioni si eseguano con piacevole e facile esercizio, tanto si avvera se la circolazione del sangue è eguale e con difficoltà variabile, cosa che viene annunziata dalle pulsazioni del cuore e delle arterie, se la respirazione è facile e senza agitazione di petto, se le funzioni digestrici son precedute da moderata fame con calma di questa e con sufficiente ristoro dopo la presa del pasto, se le digestioni stomatica ed intestinale sono senza infado, se l'escrezione intestinale è ricorrente in determinati tempi e piuttosto tarda dura e corrispondente alla dovuta quantità, se l' orina non eccede la bevanda ed ha color paglino con tenue sedimento e di non facile alterazione, se le traspirazioni cutanea e polmonale sono nè molte nè poche e senza fetore, se il resto delle escrezioni ritenzioni ed escreto-ritenzioni sono come debbono essere, se lo spirito e imperturbabile, se l'ingegno è piuttosto tardo, se il sonno è profondo e ristorante, se si ha tolleranza e fermezza nelle fatiche, se non si è facile a cambiamenti, se si sente aggradevole stato di esistenza etc. etc.

§. 7. Le nozioni della salute de' genitori, delle circostanze delle prime epoche della vita della educazione, delle abitudini, dello sviluppo, del clima, e dell' uso delle cose necessarie alla vita non danno meno lumi per ben conoscere la sanità individuale. Son verità co-

noscinte, e sulle quali vi si riverrà successivamente, che i genitori sani danno buona prole, che le gravidanze poco felici o premature, la scarsa od irregolar nutrizione mal dispongono i piccoli delle razze, e che finalmente l'educazione, le abitudini, il clima, lo sviluppo, e l'uso delle cose necessarie alla vita non ben regolate menano a rovina la salute individuale.

§. 8. Risulta quindi dall' espresso che si godrà una buona salute quando si avrà sana organizzazione esercente regolari funzioni sotto favorevoli circostanze.

ART. II.

Della salute in particolare.

§. 9. Facendo mestieri conoscere la salute ne' varj individui, a fine di potervi dare i convenienti precetti per ben conservarla, fia d' uopo dire in tal luogo di cose relative alla vita individuale o de' *temperamenti*. Per darne chiare idee si è cercato da prima farne una classificazione, e poscia esporne i singoli segni caratteristici.

§. 10. La classificazione de' temperamenti che va ad esporsi in sunto è fondata sulle dottrine delle scuole odierne (*), e precisamente sulla varia maniera come si osserva la vita nella ge-

(*) Fra le altre opere che su tale oggetto han meritato un comune plauso è la igiene di un de' nostri antichi stimatissimi maestri D. Antonio Miglietta.

neralità degli uomini; e dappoichè il vocabolo temperamento importa *crasi* (κρᾶσις) od *impasto*, e la varia vita individuale nasce dalla particolare organizzazione di ognuno convenientemente attivata dalla sostanza *immateriale* e dagli altri agenti eccitatori (§. 5.), così le conoscenze su i temperamenti conveniva che partite fossero dalle idee della vita. Intanto siccome la *sensibilità* n' è l' unico carattere distintivo a cui succede quello dell' *azione*, così si è presa per capo filo della indagine; quindi su gli andamenti generali della sensibilità che variamente si osservano nella razza umana si è creduto che di tre modificazioni generiche sia suscettibile, *molta*, *moderata*, *poca*, e che sotto tre classi generali possono esser compresi tutti i diversi temperamenti degli uomini, *molto sensibili*, *giustamente sensibili*, *poco sensibili*.

§. 11. Per potere scendere alle individuali nozioni, su gli enunciati principj si è fatta una successiva divisione di ogni classe, e parimente si è modellata sulle varie modificazioni della sensibilità ed azione, di fatti ne' temperamenti molto sensibili si può osservare una pari attività, altra volta una maggiore reazione, o pure un' alterata fantasìa: I meno sensibili siccome offrono moderazione non presentano tante varietà: Finalmente i poco sensibili possono dare sensibilità con forti o lente azioni; è per l' espresso che la prima classe si è suddivisa in tre specie, e l' ultima in due. Una successiva divisione si avrebbe potuta portare da giungere alle individualità, ma per ovviare alla confusione non si è più progredito essendo sufficiente il dire *Varietà*

qualunque modificazione che in una data specie di temperamenti si avveri.

§. 12. Alla enunciata classificazione conveniva darci un adattato linguaggio valevole ad esprimere le idee ricevute, è perciò che le specie della prima classe si son dette *attive*, *irritative*, *fantastiche*, quelle della seconda *salutari*, e quelle della terza *forti*, e *languide*.

§. 13. Le idee dell' antica scuola su i temperamenti partivano dall' umorismo, e siccome gli umori che potevano fissar carattere credero-no essere il sangue, la bile, la malinconia e la flemma, così divisero i temperamenti in quattro classi *sanguigni*, *biliosi*, *malinconici*, *flemmatici*. I peripatetici poscia vi ammisero le proprietà generali di cui eran suscettibili i corpi tutti *caldo*, *freddo*, *secco*, *umido*.

Il quadro che segue presenta in un insieme l' esposte idee.

Classi Gen	*delle speeie.*	*Varietà.*
I. Sensibili	con pari azioni ma facili. con più permanenti	Può dirsi varietà di temperamento qualunque modificazione che in una data specie si avveri.
II. Meno se	con alterata immalità ed azioni.	
III. Poco se	per forte struttura per debole struttura	

VERGARI

Google

Caratteri distintivi de' temperamenti (*).

Classe I.ª *Temperamenti molto sensibili*.

SPECIE I.ª

§. 14. *Temperamenti attivi*. — *Abito di corpo*. Statura giusta, bel taglio, forme dolci e piuttosto tondeggianti, corpo spesso tumidetto, colorito vermiglio vergente al rosso e più di tutto nella faccia che si rende intenso per leggiere cagioni, fisonomia animata, pelle morbida e fina, fibre cedevoli, capelli rossi inclinanti al castagno o biondi sfolti e dilicati ma di facile crescenza, vene cerulee turgide di sangue etc. — *Esercizio di funzioni*. Sensibilità somma con azioni per quanto facili altrettanto poco energiche e durabili, sensazioni squisite, spedita percezione, precoce sviluppo di facoltà intellettuali, ingegno sublime, fervida immaginazione, piuttosto felice memoria, precipitanza ne' giudizj, somma e facile irascibilità ma pronta pacatezza, versatilità ne' desiderj, suscettibilità a produzioni brillanti e poco a profonde, respirazione facile e piuttosto frequente con anelito in seguito di cresciuta azion muscolare, circo-

(*) Per render chiara per quanto è possibile l'esposizione caratteristica di ogni temperamento si dirà 1.° *dell' abito di corpo*, 2.° *dell' esercizio delle funzioni*, 3.° *del carattere morale*, 4.° *della suscettibilità patologica*, 5.° *di varie circostanze che possono influirvi*.

lazione spedita celere e variabile e quindi polsi simili, somma disposizione al moto ma facile defatigamento, digestione piuttosto debole, spedito e facile assorbimento, pari secrezioni escrezioni e nutrizione, proclività alla venere etc. — *Carattere morale*. Ottimi sentimenti, insofferenza alla carriera intrapresa, istantanea proclività all'ira ma facile pacatezza, gran tendenza ai piaceri etc. — *Suscettibilità patalogica*. Malatie vascolari, infiammazioni, emorragie, tisi, tabi, affezioni nervose, etc. — *Circostanze varie*. I climi temperati abbondano più di tutto di temperamenti attivi, le prime età ne affettano quasi sempre i caratteri, si possono contare più donne che uomini, i figli de'genitori di tal temperamento quasi sempre lo godono del pari. Si dice che *Apollo*, *Antinoo*, *Marcantonio*, *Alcibiade*, avessero avuto tale temperamento.

SPECIE II.

§. 15. *Temperamenti irritativi*. — *Abito di corpo*. Statura non molto alta, forme poco tondeggianti e piuttosto durette ed aspre, corpo al raro tumido, colorito brunotto e mal tinto, fisonomia animata, pelle piuttosto ruvida, fibre alquanto aduste compatte e dure, capelli ordinariamente crespi e bruni, vene sottocutanee poco visibili, muscoli rilevati etc. — *Esercizio di funzioni*. Sensibilità somma con pari azioni ma più permanenti, ottime sensazioni, spedita percezione, precoce sviluppo di facoltà morali, ingegno sublime, fermezza ne' giudizj, felice memoria, non versatilità ne' desiderj, somma ira-

scibilità con pertinacia nel vendicare le proprie offese, ambizione illimitata, arditezza e fermezza nel concepir progetti, respirazione facile con poco anelito in seguito di cresciuta azion muscolare, circolazione spedita e non molto variabile, quindi polsi regolari discretamente energici e frequenti, sangue grasso e denso, sveltezza al moto e disposizione a reggervi, digestioni piuttosto forti, facili assorbimenti, secrezioni ed escrezioni non abbondanti, nutrizione al raro eccessiva, proclività alla venere etc. — *Carattere morale*. Fermezza, inflessibilità, passioni violente, simulazione, coraggio, audacia etc. — *Suscettibilità patologica*. Malatie irritative ed infiammatorie, affezioni epatiche, nervose etc.— *Circostanze varie*. I climi caldi ed i freddosecchi sogliono abbondare di tali temperamenti, più se ne osservano fra gli Uomini che fra le donne. Si dice essere stati di tal temperamento *Alessandro*, *Giulio Cesare*, *Bruto*, *Carlo XII*, *Czar Pietro*, *Cromwel*, *Sisto V.°* *il Cardinale di Richelieu*, *Achille*, *Bonaparte* etc.

SPECIE III.

§. 16. *Temperamenti fantastici*. — *Abito di corpo*. Statura giusta, forme variate, corpo secco, colorito mal tinto, fisonomia misantropica, pelle e fibre appassite e rugose, capelli scarsi e piuttosto bruni. — *Esercizio di funzioni*. Sensibilità somma, pari attivamento, sensazioni squisite e spesso esaltate, spdita percezione, precoce sviluppo nelle facoltà morali, ingegno acre

subblime e profondo, immaginazione somma su le idee che una volta han fissata l' attenzione, immaginazione fantastica accoppiata ad estremo timore ove si tratta di proprj affari, e precisamente di salute i quali al pari degli altri si veggono sempre a traverso del prisma lugubre della malinconia, entusiasmo pel bello e pe' grandi concepimenti capaci di realizzarli; felice memoria, respirazione piuttosto facile ma lenta, eguale circolazione con polsi variabili stretti e non molto energici, sangue non tanto colorato; non molta sveltezza al moto, digestioni languide, assorbimenti secrezioni ed escrezioni non abbondanti, nutrizione scarsa, poco sonno, proclività moderata alla venere. — *Carattere morale.* Sospetto, timore, diffidenza, e vendetta formano l' insieme di tali temperamenti. — *Suscettibilità patologica.* Ipocondria, follia, malinconia, debolezza e mal essere di visceri, affezioni nervose, dolori di capo etc. — *Circostanze varie.* I climi freddo-umidi abbondano di tali temperamenti. Ne vanta più il sesso maschile che il femineo. I travaglj letterarj e l' educazione vi contribuiscono alla di loro conferma. Si dice che siano stati di tal temperamento il *Tasso*, *Rosseau*, *Gilbert*, *Zimmermann* etc.

Classe II.ª *Temperamenti moderatamente sensibili.*

SPECIE *IV.*

§. 17. *Temperamenti salutari.* — *Abito di corpo.* Statura giusta, forme tondeggianti,

corpo tumidetto, colorito vario ma piuttosto tendente al rosso, fisonomia quasi sempre ilare, pelle e fibre convenientemente cedevoli, capelli di colorito vario. — *Esercizio di funzioni*. Sensibilità ed azioni moderate, sensazioni giuste, percezioni ordinarie, ingegno più o meno tardo ma perspicace, talenti comuni, moderata immaginazione, giudizj sodi, memoria limitata; respirazione, circolazione e polsi regolari e sangue rosso, idoneità a protratto travaglio, digestioni, secrezioni, ed escrezioni regolari, nutrizione piuttosto abbondante, sonno protratto e profondo, moderazione negli appetiti venerei. — *Carattere morale*. Bontà, moderazione, sobrietà, discreto discernimento, ilarità. — *Suscettibilità patologica*. Polisarcie, più disposizione a malatie di vigore che di debolezza. — *Circostanze varie*. I climi temperati più ne abbondano, ma se ne rinvengono da per ogni dove. I due sessi ne posseggono in indeterminato numero. Simili temperamenti hanno avuto pochi uomini celebri.

Classe III.ª *Temperamenti poco sensibili.*

SPECIE *V.*

§. 18. *Temperamenti forti.* — *Abito di corpo*. Statura ordinariamente mezzana, altra volta gigantesca, forme tondeggianti muscolari e pronunziate, corpo giusto, colore abbronzito o rosso cupo, pelle e tatto resistenti e sodi, fibre compatte dure e più di tutto trattandosi delle muscolari, capelli folti e neri, testa piccola,

spalle larghe, petto ampio, estremi solidi e ben robusti. — *Esercizio di funzioni*. Sensibilità moderata, forti reazioni, sensazioni ordinarie, non molto facile percezione, ingegno ottuso, fermezza ne' giudizj, memoria non dispreggevole, respirazione, circolazione, e polsi regolari forti tardi e grandi, somma attitudine al travaglio con difficile defatigamento, ottime digestioni, secrezioni ed escrezioni scarse ma regolari, nutrizione piuttosto abbondante, poca proclività alla venere. — *Carattere morale*. Decisa apatia in parte originata dall' intimo sentimento delle proprie forze, coraggio. — *Suscettibilità patologica*. Malatie di vigore, artritidi, reumi etc.— *Circostanze varie*. I climi freddi e secchi danno temperamenti più robusti: il travaglio della campagna e delle armi ne favoriscono lo sviluppo e 'l perfezionamento. Si crede che *Ercole*, i *Miloni*, gli *Atleti* etc. avessero avuto tal temperamento, e che parimente lo abbia il facchinaggio.

SPECIE VI.

§. 19. *Temperamenti languidi*. — *Abito di corpo*. Statura giusta, forme irregolari, tessitura talvolta tumidetta altra volta cachetica, fisonomia e colorito emblemanti debolezza e pusillanimità, pelle e fibre molto cedevoli, capelli sbiadati e bianchi o cenerini fini e neri, barba sfolta con egual pelame.—*Esercizio di funzioni*. Sensibilità poca con pari energia di azioni, sensazioni languide, pari percezioni, ingegno e memoria plausibili, apatia, respirazione,

circolazione e pulsazioni lente ma suscettibili di varietà, poca attitudine al travaglio, digestioni non molto forti: assorbimenti poco energici, secrezioni poche ed in generale abbondanti le acquose, nutrizione mai eccessiva, poca attitudine alla venere.—*Carattere morale.* Apatia per inerzia.—*Suscettibilità patologica*; malatie di debolezza, infeltramenti umorali etc. — *Circostanze varie.* Tali temperamenti si osservano più di tutto ne' climi freddo-umidi, più ne abbonda il sesso femineo. Si dice che *Pomponio Attico* e *Michele Montagna* fossero stati di tal temperamento.

§. 20. *Osservazione.* Le classi di temperamenti su espressi possono restare migliorate e deteriorate dall' uso di ciò che ha rapporto con la vita. Si è osservato che se i deboli sono regolati come si conviene le impronte di languore si possono mano mano dilegnare, al contrario si son veduti deteriorare i forti sino a cadere nello stato morboso una volta che di loro abbiano abusato. Ciò diverrà chiaro dopo che si sarà detto sul come regolare le cose necessarie per potere vivere sano e longevo.

CAP. II.

Della maniera come conservar la salute sana e quindi longeva.

§. 21. Il vocabolo salute corrispondendo a quello di vita sana, e questa risultando dalla integrità organica, e dalla influenza di mezzi valevoli ad attivarla (§§. 5 10); ne nasce che la maniera per conservar la salute sana e quindi

longeva debbe consistere a serbar l' organismo nella dovuta integrità, ed a tenerlo convenientemente attivato. Sarà conservato l' umano organismo nella dovuta integrità e convenientemente attivato 1.° quando si avrà sortito naturalmente buono, 2.° quando resterà preservato da qualunquesiasi azione di agenti nocivi 3.° quando si userà come conviene de' mezzi necessarj alla vita. Ed ecco in tale avviso il vero rimedio di *lunga vita*, e non già quanto spesso si è senza ragion commendato sulle cure preservative, sulle trasfusioni sanguigne (*), sull' uso di balsami, elisiri etc. Oh quanti trascinati da tali fole han ripetuto il parlar di colui il quale lasciò detto scriverseli sul suo sepolcro *io stava bene e mi trovo quì per aver voluto star meglio*! Perciò, nel presente capitolo si dirà di ciò che fa d' uopo per aver prole sana e longeva, come regolarsi per ovviare all' azione degli agenti nocivi all' economia umana, e come ben usare delle cose necessarie alla vita; per rendere compiuti i dettagli si dirà in ultimo del come applicar queste nello stato morboso.

(*) Dopo la scoperta della circolazione del sangue si credè che mercè la trasfusione di questo da un corpo sano ad uno cagionevole per un verso qualunque quest' ultimo poteva liberarsi da ogni male e ringiovanire. I primi tentativi fecero sperar molto ma i susseguenti ridussero l' affare in punto che dovettero porvisi per mezzo i Governi per proibirne l' ulterior pratica. (*storia medica. Chirurgia trasfusoria*).

ART. I.

Nozioni per aver prole sana e longeva.

§. 22. Nel presente articolo si dirà della scelto de' genitori, dell' età propria a far prole, del quando e come usare delle funzioni riproduttrici, e del resto di cui si abbisogna nella gravidanza, parto, ed allattamento.

§. 23. Essendo ormai conosciuto che le buone razze di tutti gli esseri suscettibili a riprodursi non possono nascere che da simili genitori ne deriva per legitima illazione che per aversi sana prole fa mestieri di una bontà ne' genitori e tanto nelle conformazioni, quanto ne' temperamenti e resto di funzioni interessanti l'economia della vita. Quindi mai a funzioni riproduttrici dedicar si dovrebbe persona che non gode buona salute.

§. 24. Le funzioni riproduttrici derivando da forze istintive, e queste cominciandosi a far sentire verso il secondo settenario di anni della vita (*Fisiologia*) ne nasce che gl' individui della nostra razza in tal epoca sarebbero in circostanze di riprodursi. Ma perchè nell' età sumentovata ancor non si è al dovuto perfezionamento, ed ogni perdita è nociva, così le funzioni in dettaglio non dovrebbero cominciarsi se non se a compiuto sviluppo. Partendo dagli andamenti dell' età corrente l' uomo si può considerarvi giunto ai 25 anni, la donna ai 20 (*Fisiologia*). Parimente si crede che il primo ben valga sino ai cinquanta, e la seconda sino ai

quaranta. Quindi l' età anteriori o posteriori sono poco confacenti al fine di aver prole sana e longeva. E sebbene possa dirsi qualche cosa in contrario non è da calcolarsi, poichè i casi particolari non valgono a derogare alla generalità. A questo proposito giova avvertire che una rimarchevole disparità di anni poco contribuisce alla buona salute de' coniugi e della prole, poichè la gioventù mal soffre la canizie, e questa manca sempre della necessaria attività giovanile (*Si vis nubere, nube pari*).

§. 25. Per l' oggetto di aver buona prole e conservarsi i genitori sani, oltra all' età si attenda all' esercizio delle funzioni enunciate sul *quando* e *come*, interessando non poco il regolare od irregolar uso che di esse si facci. Ecco un sommario di precetti dati in varie epoche dalle scuole. Si usi delle funzioni riproduttrici quando da veri bisogni si è invitato, nè si accosti il vago sesso senza genio, quando è in altre funzioni addetto, o infermo. — Si rispettino le ore dopo di aver preso cibo, perchè necessarie alla digestione. — Si abbino come sacre le parti destinate alla riproduzione, e si dedestino le irregolarità che il mal costume potrà suggerire. — Al dir di *Celso* nella primavera n' e sicuro l' esercizio, è tollerabile nell' autunno, dannosissimo è nella state, men pernicioso è nell' inverno. — Sia la macchina convenientemente adagiata da non recar dissesto alle potenze motrici e nervose. — Siano gli atti terminati in luoghi e tempo adatti. — Si facci riposo dopo ogni azione.

§. 26. Dopo che la donna è stata fecondata dovrebbe esser lontana da' piaceri di venere, e ciò a fine di non abortire, non esporsi a superfetazioni, e non arrecare dissesti alla sua economia ed a quella del nuovo ospite che già nel suo seno alberga.

§. 27. Per secondar sempre più l' oggetto della felice riuscita della prole ogni donna durante la gravidanza attender dovrebbe a tenersi lontana da ciò che può provocare un' aborto o nuocere allo stato del feto, quindi regolar dovrebbe le cose necessarie alla vita con prudenza, e più di tutto i movimenti, le affezioni di spirito, la nutrizione, l'escrezioni e sopra di ogni altra la fecale.

§. 28. Giunta l' epoca del parto si procuri avere persona esperta in ostetricia onde poterne ricevere i necessarj ajuti abbisognandosene. Durante tali funzioni si abbi riguardo alle madri ed ai figli, sul conto delle prime si attenda a ben disporle, alle posizioni commode, all' esito della placenta, alle emorragie, ed in caso di irregolarità od altro agli ajuti co' principj dell' arte. Pe' neonati si badi alla legatura del cordone ombilicale evitando la possibilità delle emorragie e dell' ernie, alla lavatura dall' untume delle acque dell' amnios, a qualche dissesto riportato nel venir fuora, alle imperforazioni, alle morti apparenti, alle coverture affinchè siano larghe e soffici, alla temperatura, all' allattamento. etc.

§. 29. Durante il puerperio sia a cuore la regolarità de' ripurghi uterini, la cautela, e'l buon uso delle cose necessarie alla vita.

§. 30. Per secondare i sacri voti della na-

tura, per favorire il proprio bene (con l'allattamento depurandosi e fortificandosi l' economia feminea), e per ovviare a moltiplice razza di mali tanto relativamente alle madri quanto ai figli l' allattamento dovrebbe esser quello delle proprie genitrici. Di fatti per parte di queste l' attrasso di un esito a bella posta destinato a farsi menar suole ad ingorghi glandolari, a metastasi in cavità interne, ad alterazioni umorali, a scoli di vario genere etc., senza tacere il discapito che va a seguirne nell' amor filiale, nè vale addurre esempj in contrario mentre si tratta di un affare già sanzionato dalla sperienza de' secoli. Per parte poi de' piccoli siccome il latte è vario a tenore delle madri, del tempo del parto etc., così è ben difficile trovare nutrici di pari epoca, temperamento, condizioni umorali etc. da uniformarsi ai bisogni de' bambini senza recar nocumento alla di loro salute. Quanti mali da tal fonte non derivano? Avvenendo poi che l' allattamento materno non possa aver luogo o perchè le madri morte, o inferme con malatie da menare a male la prole, o perchè gravide, o per altre circostanze impossibilitate, allora può restare autorizzato il mercenario, sempre però della propria razza, essendosi trovato nocivo quello de' bruti, come parimente vani i varj altri mezzi escogitati a supplirne la mancanza, perciò nel procurarselo si curi la scelta delle nutrici badando che l' epoca del latte si accosti per quanto è possibile a quella de' piccoli, che l' età della balia sia fra i 18 e 36 anni, che goda temperamento docile e salutare, che sia scevra di mali, e di passioni

per quanto è possibile, che possegga un' abito di corpo nè molto magro nè pingue, che abbia braccia e cervice lunghette anzi chè no, che sia di petto patente con rosee e turgide mamme aventi del lungo-rotondo con capezzoli sporti in fuora da' quali sgorghi del bianco latte come goccie di acqua, finalmente porrà il suggello ai dati di bontà con aver dato pruove di altro felice allattamento (*). — Mentre poi la donna è in tali funzioni serbar debbe regolarità nell'uso delle cose necessarie alla vita.— Per dar luogo alla digestione de' piccoli il latte sia dato a determinato tempo. La nutrice sia lunge dalla venere, e da ciò che in qualunque siasi maniera può dissestarla nella sua economia.— L' allattamento può esser protratto sino a che i novelli comincino a nutrirsi; in generale poi vale come utile avviso il non estenderlo al di là di due anni, nè darlo meno di uno.

§. 31. Dopo l' espresso ne' precedenti paragrafi si può conchiudere che si avrà prole sana e longeva quando i genitori saranno di buona salute, si accoppieranno in giusta età e senza

(*) *Elige quae media est inter juvenemque senemque,*
Quae gracilis, nec macra tamen, cui vidimus oris
Est nitor, et sano veniens in corpore robur.
Brachia longa, patens pectus, proceraque cervix;
Quaeque rubent teretes extanti tubere mammae,
Unde pluit nivei quantum satis imbris.
Sammartanus in Poedotraphia lib. 1. p. 62.

abusi, e quando durante la gravidanza parto ed allattamento si serberà la dovuta regolarità.

ART. II.

Avvisi per ovviare all' azione di oggetti nocivi all' umano organismo, e quindi alla buona salute.

§. 32. Dappoichè l' uomo è nella suscettibilità di restare in più maniere alterato da' varj agenti co' quali può avere rapporti (*patologia*), è perciò che oltra di quel che si dirà nell' articolo successivo, quando si parlerà delle cose necessarie alla vita, si è cercato nel presente versare con particolarità su di alcuni non compresi fra le stesse, come sono certi della classe de' *fisici*, altri di quella de' *morali*, e non pochi di quella de' *sociali*.

§. 33. *Agenti nocivi fisici*. Noveriamo sotto tal titolo tutta la classe de' *meccanici* e de' *chimici*, o sia l' azione di qualunque siasi *corpo duro*, le *arie malsane*, gl' *incendj*, la *navigazione*, le *inondazioni*, gli *animali dannosi*, le *sostanze velenose*, le *meteore*, i *contagj* etc.

§. 34. *Azione de' corpi duri*. Qualunque corpo il quale col suo urto può portare alterazione all' umano organismo può esser noverato nella classe degli agenti meccanici nocivi, a qual oggetto si badi a fuggire le case, i balconi, i i teatri, le chiese, i campanili, le campane, i ponti, le tribune, le colonne, le statue, i monti, le cave, etc. che presentano po-

cà sicurezza, potendosene restar vittima.— Parimente conviene evitare le percosse di qualunque corpo tagliente lacerante o contondente, gli enormi pesi che possono esser messi addosso, gl'ingollamento di certe sostanze che possono nuocere le parti addette alla deglutizione etc.

§.35. Per ovviare all'azione delle *arie malsane* si attenda a quanto sarà detto nel titolo aria dell' articolo successivo. Particolarmente poi si badi alla scelta di un buon clima e sito procurando star lunge da sostanze in fermentazione settica, o che possano sotto qualunque altro siasi rapporto nuocere.

§. 36. Per preservarsi dagl' *incendj* si cerchi avere una casa incombustibile, lunge da siti con corpi suscettibili ad esserlo, e non conservar sostanze incendiarie come polvere da sparo, olio molto etc. potendosi incendiare per accaso e spontaneamente. (*Remer*, *Foderè*, *Franck* etc.)

§. 37. Per andar esente da' pericoli della *navigazione*, si eviti, volendovisi adire si cerchi conoscerla, si sappi nuotare per potersi salvare in caso di naufragio, si portino de' mezzi di difesa per avvalersene in caso di nemica aggressione, non navigare in siti sconosciuti nè nello ingrossamento delle correnti o quando vi sòn grandi geli, prender porto in tempo di tempesta, e gettare in mare dell'olio giusta l'avviso di *Plinio* quando porto non vi sia, proporzionar l' equipaggio alla suscettibilità del legno, non imbarcare sostanze suscettibili di alterazioni per non avere arie nocive, ben situare certi animali secondo la di loro natura qualora se ne abbiano a portare, imbarcare sopra si curi legni etc.etc.

§. 38. Per esser sicuro delle *inondazioni* e delle *frane* si abitino siti non vicino a fiumi nè sopra dorso di monti, nè sopra luoghi il di cui suolo sia suscettibile di sgretolare, chi domicilia in tali parti si munisca di argini di sicurezza e di sode fondamenta.

§. 39. Dappoichè da molti degli esseri organizzati animali si può restare variamente danneggiato sia pel coinquinamento dell' aria, sia per le straggi, sia pe'veleni e contagj, sia per per lo spavento che taluni arrecano, sia per malatie o altro, perciò si usi attenzione nel trattare i domestici, si fuggano i nocivi come sono i velenosi ed i feroci (la di cui genìa per bene della umanità sarebbe buono che venga distrutta), si eviti l'introduzione del seminio di que' che sogliono albergare nel corpo umano etc. Per corrispondere all' espresso buon sarebbe che di essi se ne abbia nozione.

§. 40. Attesa la facilità a potere restar tossicato si sia attento a non esserlo, e siccome l' unica salvaguardia è il conoscer le sostanze velenose, così fia util cosa saperle con i corrispondenti antitodi. Altronde (come si dirà) sarà ben fatto il proibirne il pubblico smercio, e stabilire severi gastighi agli avvelenatori (*Tossicologia*).

§. 41. Più di tutto si sia cauto a non restar contagiato da certi corpi che son suscettibili a fornirne i materiali. L'evitarne il contatto è l' unico precetto da seguirsi. Per questi vale del pari l' averne conoscenza una co' corrispondenti preservativi e mezzi (ved. nella III. Sez.).

§. 42. Per soffrire al meno possibile l'azio-

ne delle varie *meteore* atmosferiche e terrestri nella scelta del domicilio si cerchi un sito non molto soggetto. Poscia si procuri abitare una casa ben costruita la quale abbia bastante fermezza, con dei parafulmini per andar esente dalla violenta azione dell' elettrico atmosferico, e con delle profonde cave come altro preservativo dell' elettrico terrestre, e quindi de' tremuoti (ved. nella III. Sez.).— Per andar esente da' fulmini gli antichi reputavano come preservativi l' *alloro*, il *sermento bianco*, la *pelle di vitello marino*, il *fico*, l'*aquila* etc.: Si dice, che l'Imperatore Augusto perchè timoroso de' fulmini portava sempre seco una pelle di vitello marino, e che Tiberio all' intorbidarsi del tempo cingeva una corona di alloro. È parimente ben fatto covrirsi di seta o di lana, non far suonare campane, o destare altri rumori, spegnere i lumi, e non tener delle punte metalliche sugli appartamenti come croci anemoscopj etc., tranneché non siano ben inverniciati.

§. 43. *Agenti morali*. Della numerosa classe di simili agenti se ne parlerà nel trattare delle affezioni dello spirito e della educazione. Per ovviare poi all' azione nociva di altra classe di enti spirituali si facci capo di esperti all' uopo.

§. 44. *Agenti sociali nocivi*. Noveriamo fra gli agenti sociali nocivi il *lusso*, l' *ozio*, il *mal costume*, le *unioni moltiplici e viziose*, *certe etichette e pregiudizj*, le *risse*, le *calche*, ed i *bisbigli popolari*, il *consorzio ineducato*, le *arti nocive*, i *nottamboli*, i *folli*, gli *stregoni*, i *ricattieri*, i *venditori*, il *seppellimento de' vivi creduti morti* etc. Nuoce

il lusso e pe' bisogni che fa essere sempre crescenti, e pe' dissesti che arreca a molte funzioni. L'ozio è dannoso perchè dà origine ad ogni sorta di vizio, e rende torpida l'attività organica e quindi la vita. Il mal costume come si dirà nel titolo educazione non v' è rovina che non possa arrecare con le diverse tinte che può prendere. Nuocciono le viziose e le moltiplici unioni pe'disordini che quasi sempre ne ricevono i sistemi nervoso, motore, secretore etc. L'etichette ed i pregiudizj perloppiù portano a male perchè spesso menano a deviare dalla regolarità di vita, e fan lasciare de'beni che potrebbero giovare. I bisbigli e le calche popolari fan danno al sistema nervoso ed a que' che ci han rapporto, se da' medesimi non si riman vittima o variamente nociuto. Il consorzio domestico, e de' paesi se non è di gente educata e tranquilla è cagione di grandi disordini che attaccar possono direttamente la vita. Analogamente a quanto si dirà nella successiva sezione tutte le occupazioni sociali si possono rendere malsane una volta che non abbiano la dovuta regolarità. I nottamboli i folli ed i stregoni possono rendersi nocivi mentre non costano delle di loro operazioni. I ricattieri posson danneggiare pe' seminj morbosi, e per i coinquinamenti aerei che arrecano. I venditori contaminano l' aria co' gas ch' esalano dalle sostanze che vendono. Col seppellire un morto apparentemente mentr'è ancor vivo, si va a far finire l' esistenza di un individuo, e quindi si commette il maggior de' mali verso di una persona e della società.

§. 45. Dopo l' esposto si può conchiudere

che qualora si sia guardingo a tenersi preservato dall' azione degli agenti nocivi fisici morali e sociali l' umano organismo si serberà integro, e si contribuirà ad avere vita sana e longeva.

ART. III.

Norma per ben usare delle cose necessarie alla vita.

§. 46. Uniformemente agli proposti oggetti da trattarsi in questo secondo Capitolo (§. 21), nel presente articolo si dirà *come ben usare delle cose necessarie alla vita*, o sia di quelli agenti fisici cui mercè si mantiene (*Fisiologia*). Co' più odierni scrittori a preferenza dell' antica denominazione di *cose non naturali* (o sia d'indole non omogenea alla natura animale, abbenchè idonee a divenirlo) vi abbiam sostituita col nostro ch. *Sarcone* l'enunnunciata come più atta ad esprimere la cosa. Si contano poi come cose necessarie alla vita, l'*aria*, il *cibo* e la *bevanda*, il *moto* e la *quiete*, il *sonno* e la *veglia*, l' *escrezioni* e le *ritenzioni*, le *funzioni dello spirito*, e secondo noi l' *educazione*. Delle stesse una porzione vale a riparare ciò di cui si abisogna, un'altra ad attivare, una terza a conservare (*Fisiologia*). Per rendere di facile intelligenza quanto sarà detto sul di loro conto se ne tratterà in tanti particolari *titoli* con ordine e chiarezza corrispondenti allo interesse dell'obietto che riguardano.

TITOLO I.

Aria.

§. 47. L' aria composto gassoso che da vicino circonda il nostro globo terraqueo (*Fisica, chimica*) si rende necessaria alla vita e quindi alla buona e longeva salute per l' azione derivante dal suo *impasto*, dal suo *peso*, e dalle *diverse modificazioni* di cui è suscettibile (*Fisiologia*).

§. 48. *Impasto aereo*. Stando a quanto ne dice la scienza fisico-chimica de' giorni presenti il composto aereo che da vicino circonda il nostro globo, e che *atmosfera* vien detto, e nel cui mezzo si è sempre, e la di cui azione è necessaria alla vita (§. prec.), risulta da ossigeno ed azoto nella ordinaria proporzione di circa una quarta parte del primo e 3 del secondo tenuti nello stato di gas da una sufficiente quantità di calorico; da elettrico, da luce, da vapore acquoso, e da più o meno di evaporazioni delle diverse sostanze con le quali viene in contatto. I due gas ossigeno ed azoto si rendono necessarj per la respirazione traspirazione, ematosi, calorificazione, nutrizione etc. Il calorico agisce sull' economia variamente attivandola. Lo stesso è dell' elettrico, e della luce. Il vapore acquoso la mantiene umettata. E finalmente le varie particelle che dalle diverse sostanze si sollevano non lasciano di contribuire all' attivamento organico quando non sono delle nocive.

§. 49. *Peso aereo*. Dopo le dimostrazioni de' fisici odierni non si pone più in dubbio il peso dell' aria sul corpo umano, e sebbene sembri che sia troppo stando ai calcoli de' medesimi, facendosi ascendere l'ordinaria pressione a più di trentamila libbre, purtuttavia l' equilibrio delle arie contenute negl' interstizj organici, e l' abitudine che vi si contrae standovisi nel mezzo nol fa avvertire. Vale tale pressione a contenere gli umori ed i gas ai di loro siti, a dare un regolare sviluppo alle parti, ed a far avere sotto di un dato volume sufficiente quantità di principj necessarj all' esercizio delle funzioni. (§. pr. — *Fisica*, *chimica*, *Fisiologia*).

§. 50. *Modificazioni aeree*. Dappoichè l' aria che circonda il nostro globo ha rapporto con le varie sostanze dello stesso ne nasce che in più modi può restar modificata dalla di loro azione, e quindi in pari maniere può rendersi giovevole o dannosa all' umano organismo. Fra le modificazioni aeree suscettibili di determinati calcoli si posson contare quelle che partono da' *climi* dalle *stagioni* e da' *venti*, ve ne possono essere altre avventizie.

§. 51. *Climi*. Si da il nome di *clima* a quello insieme di proprietà che caratterizzano un' aria sovrastante ad un sito, il clima quindi ha un azione sull' animale economia uniforme ai materiali componenti la sua atmosfera, ecco perciò il giovamento o danno che si riceve dal semplice passaggio da un sito in un altro messe tutte le restanti cose eguali. Atteso l' espresso i climi sono varj a norma delle diverse circostanze de' luoghi e variamente agiscono sul

fisico dell' uomo modificandone lo stato sano e morboso, di fatti si conviene che le varietà della specie umana sia per forme, sia per colorito, sia per carattere morale ed altro partano da' climi (*Temperamenti*, *Fisiologia*); come parimente da' climi si è di accordo che derivino certe malatie endemiche, così la plica pare indigena della Polonia, la lebbra e certe malatie di occhi dell' Egitto, le consunzioni e 'l tedio della vita dell' Inghilterra, lo scorbuto delle provincie unite, l' artritide della Westfalia, il gozzo della Stiria della Carintia e di altri siti, il cretinismo del Vallese etc. (*Patologia*). I climi poi possono essere *caldi* o *freddi*, *secchi* od *umidi*, *solati* od *ombrosi*, con *arie salubri* o *malsane* etc. Possono essere giovati e no dall' azione delle stagioni, ben inteso che le qualità di essi sono permanenti a differenza di quelle delle stagioni che son suscettibili di varietà. Non ostante poi che sembri difficile apporre argine ai mali che possono esser cagionati da' climi purtuttavia vi si può in parte ovviare usando di dare precauzioni. Ne' climi caldi secchi e solati si stia all' ombra, s' inaffi il suolo, si usino bagnature, i cibi e le bevande siano poco eccitanti, il moto e tutto ciò ch' è valevole ad indurre vigoria sia evitato etc. Diverso procedimento si serbi ne' freddi, ed ombrosi. Siccome poi con l' industria umana si può modificare la superficie che si abita, lo si facci in caso la bisogna il richiegga, così si dia scolo alle acque stagnanti si tolgano certe boscaglie etc. Potendosi si abbandoni il clima nocivo. I temperati sono sempre i migliori.

§.52. *Soggiorno*. Intendiamo per soggiorno il sito di dimora di un individuo, e dappoichè il soggiorno salutare deriva dal buon clima, e dall'avere i commodi necessarj alla vita, perciò si scelga ne' climi temperati, ed in buona aria, vicino ad acque salutari, al sicuro di alluvioni, fra abbondanti produzioni per la nutrizione, e fra costumate società. Non avendosi tale per renderselo buono si attenda all' espresso in varj de' precedenti paragrafi, ed in altri de' successivi che vi possono avere diretto od indiretto rapporto.

§. 53. Al titolo soggiorno convien che segua quello delle *case*. A nostro credere per esser buone sarebbe necessario che abbiano un determinato spazio pel *fabbricato* e per l'*orto*. La fabbrica che sia di materiali non così volentieri soggetti ad inumidirsi a sgretolare ed incendiarsi, che abbiano buone fondamenta per non pericolare, che siano di giusta altezza per permettere libero ingresso all' aria ed ai raggi luminosi, che le camere siano convenientemente grandi con fenestre a venti cardinali ed a luce diretta e precisamente verso oriente e mezzogiorno, che queste sian fornite di chiusure libere oscure e trasparenti per potersi a piacimento avere chiaro ed oscuro ed aprire e chiudere, che abbiano più di una porta e grandi con le convenienti chiusure; che le cucine siano negli angoli delle abitazioni e non fumicose onde evitare i mali degli occhi e di petto, che le stalle e le rimesse distino dalle abitazioni per non soffrire il tanfo e l'azione nociva de' gas che ne esalano, che i pian-terreni siano un poco sollevati dalle strade per non es-

sere umidi e soggetti ad allagamenti, che l' interno e l' esterno siano ben intonacati per leggiadria e per salubrità reputando l'imbiacamento il più salutare, cosa che sarebbe buono ripetersi in tutti gli anni, ed in ultimo che il cesso sia in sito da non deturpare l' aere del resto della casa, che questo abbia libero il suo corso ed un alto sventatojo.

§.54. L' *orto* delle case sarebbe buono che sia giustamente grande, con vegetabili di grata veduta, e salutari sotto tutti i riguardi come reputar si debbe indispensabile il tenerlo netto, in tempo di està inaffiato etc.

§. 55. *Stagioni*. Le diverse modificazioni aerce, e più di tutto di temperatura che si osservano aver luogo ne' differenti tempi dell' anno formano ciò che dicesi *stagione* ciò che deriva dalla diversa posizione che prende il nostro globo rimpetto al sole. Le stagioni sono state divise in *primavera*, *està*, *autunno*, ed *inverno*, una divisione che confronta con le vedute degli odierni astronomi è quella di assegnare tre mesi di durata a ciascuna cominciando la primavera dopo la seconda decade di marzo, e così successivamente delle altre.— Un' altra divisione è quella de' medici greci, i quali le fissavano nell' apparire e nel tramontare di alcune costellazioni, le *plejadi* e l' *arturo*. Davano allo inverno la durata di 135 giorni cominciando dal dì 11 novembre, o sia del tramontare delle plejadi sino all' equinozio della primavera che lo contavano a 26 marzo. Alla primavera davano la durata di soli 48 giorni o sia dal mentovato equinozio alla ricomparsa

delle plejadi che si avvera a 13 maggio. L'estate la facevan cominciare dall' apparizione delle plejadi sino all' apparir dell' arturo ch' è a 13 settembre, talvolta l'estendevano sino all' equinozio autunnale o sia sino alle 24 ottobre, in tutto le davano la durata di 147 giorni quando si consideri estesa alle 24 ottobre. I restanti 36 giorni erano di stagione autunnale. *Ippocrate* seguì tale partizione. — A *Sydenham* piacque dividere le stagioni in sole due *primavera* ed *autunno* sulle considerazioni dell' approssimazione delle due altre, e sul predominio che le due prime hanno sull' animale economia. Sia intanto qualunque la divisione che vogli farsi delle stagioni, è certo da non porsi in verun dubbio ch' elleno esercitano grande influenza sugli andamenti della salute. Ecco al proposito un sunto di alcune idee delle scuole dogmatiche relative alle stagioni. Nella stagione invernale quando si ha freddo e freddo-umido le fibre si coartano, l'escrezioni esterne si minorano le interne crescono, donde i gitti umorali nelle cavità interne, l'abbondanza di pituita, e le infiammazioni nelle incostanze della stessa. Nella primavera durante la quale l' aria s' intiepidisce e diviene più umida per la maggior caduta delle acque le fibre divengono meno rigide l'escrezioni più facili e 'l sangue più attivo. Nella state epoca di caldo e di secco il corpo si aduge, e cade in ispossamento pel soverchio calorico; certe secrezioni si accrescono, altre minorano, il sangue diviene più spesso, la bile e l'orina si fanno più acri etc. Nell'autunno attese le vicissitudini di caldo-umido e freddo-umido si ha crescimento di parti umorali e

più di tutto sierose, spossamenti, secrezioni interne cresciute e più di ogni altra la biliosa etc.

§. 56. Qualora le stagioni si succedono con regolarità e gradatamente riescono vantaggiose alla salute, poichè se lo stato de' solidi nello inverno è corrugato, se certi umori han potuto poco escrearsi vanno ad uscire da tale stato nella primavera e più di tutto nella state: nell' autunno cominciano a tornare come nello inverno, quando finalmente rivenendovi e parimente succedendosi perennano lo stato organico nell'enunciate salutari alternative. Cosa poi sarebbe se del tutto vera fosse l' eterna primavera de'poeti? tanto bene quanto si è creduto recare non produrrebbe. Se in vece le stagioni hanno una carriera irregolare divengono potissime cagioni di dissesti morbosi, così se dal molto freddo si passerà al caldo o caldo-umido, come avviene in certe primevere, si osserveranno malatie di alterazioni umorali, di rilasciamento ne' solidi, e sviluppo di contagj: al contrario se dal caldo si passerà tosto al freddo o freddo umido, come si avvera in certi autunni, si vedranno gitti umorali in cavità interne, infiammazioni etc. Di simili dettagli su de' quali poggiava quasi tutta la dottrina della scuola Ippocratica se ne farà più esteso commento in patologia. Quel che interessa osservare è che le stagioni nella regolarità giovano alla salute, e che non riescon tali in un opposto andamento. È perciò che conviene avere una norma per restarne illeso; a tal uopo l' uso delle cose necessarie alla vita, e più di tutto il vestito siano uniformi alle stagioni, e precisamente si badi a ben nutrirsi e co-

vrirsi nelle fredde ; ed a non esser molto frettoloso a cambiarsi nel cominciar delle calde (oh quante vittime , ripetiamo con *Sydenham*, si sono osservate e tutto giorno si veggono con la non curanza di tale avviso ?) Pel resto si seguano i precetti dati pe' climi . (§. 51)

§. 57. *Venti* . Va sotto il nome di vento quell' agitazione qualunque dell' atmosfera che ha luogo da un punto in un altro dell' orizzonte (*Fisica*) . L' azione de' 32 venti che si contano , come di tutti i restanti possibili non è diversa di quella dell' aria atmosferica , salvo il maggiore urto e quindi la più attività ; è perciò che l' aria agitata da' venti si può rendere più o meno salubre o nociva a norma delle qualità de' suoi principj componenti : quanto non bea un dolce zefiro che parte dall' aver attraversato deliziose praterie nell' amica stagione di primavera ? come al contrario quanto non è micidiale un soffocante ostro che sia passato per paludi , fogne , o altro nelle quali si sia impregnato di pestiferi gas ? Son noti i danni che ne' tropici arrecano i venti *harmatan* e lo *scirocco* , que' del caldo *campsin* che nell' està spira in Egitto per più giorni di seguito , non che di molti altri dalla di cui azione bisogna starsene guardingo chiudendosi in siti sotterranei etc. : ed ecco donde pel medico la necessità di conoscere la storia e la topografia de' paesi , a fine di poter dare salutari precetti a norma de' bisogni . — Pe' venti poi in generale si attenda a cautelarsi allo spirar de' nocivi , cambiando sito se fia possibile , al soffio de' freddi o freddi-umidi starsene coperto e convenientemente attivato , in tem-

po che han luogo i caldi dimorare in siti freschi, e serbare corrispondente metodo nelle cose necessarie alla vita nell'una circostanza e nell' altra.

§.58. Fia mestieri prima di passar oltre osservare che l' uomo a preferenza di tutt' i restanti esseri organizzati è suscettibile a ben soffrire l' azione di qualunque clima stagione e vento, come ne dan pruova la storia e la giornaliera osservazione. Molto si è detto per intendere come tanto avvenga, noi però troviamo più regolare il dire che dalla umana industria derivi, non esclusa l'abitudine che di tutto lo rende suscettibile, di fatti morirà un' asiatico se si privi di vestiti e di altri mezzi mentre passa ad abitare nel gelido settentrione, come del pari avverrà al Lappone se si privi degli ajuti di refrigeramento passando ne' luoghi del primo. Non compensano a simile industria certe razze di animali le quali in determinati tempi trasmigrano da un sito in un altro?

§.59 *Modificazioni aeree avventizie.* Noveriamo fra le modificazioni aeree avventizie la mancanza di qualche principio componente l'aria o l'introduzione di uno o di più non ordinarj: possono dar luogo a simili avvenimenti le varie meteore atmosferiche o terrestri, le moltiplici alterazioni degli esseri organizzati ed inorganici etc. Sia poi qualunque il dato che si avveri la salute ne resta sempre dal più al meno discapitata ed in ragione inversa dello stato di sua naturale bontà. A qual oggetto tutte le fiate che avvenga uno qualunque de' prenomati fenomeni è prudenza passarsene in aere più salubre, e precisamente sino a che quello dove si dimorava

non abbia acquistato la dovuta perfezione, sia naturalmente, sia usando de' mezzi per renderlo buono come si dirà.

§.60. *Caratteri di una buona aria*. Partendo dal detto ne' precedenti paragrafi, e da quanto la chimica la fisica la fisiologia non che la patologia ne detta, sarà buona un' aria qualora sia nella dovuta proporzione de' suoi principj componenti, non contenga sostanze nocive, abbia un facile rinnovellamento, e goda della benefica influenza dell' astro luminoso. Cresceranno poi i gradi di sua bontà se sarà di apriche colline tapezzate de' doni di Flora e di Pomona, ed irrorate da dolci ruscelletti e grati zefiri. Quando un' aria godrà gli enunciati caratteri non potrà non esser buona, e non contribuire alla vita sana e longeva.

§. 61. Se in vece circostanze diverse vi siano nell' atmosfera nella quale si dimora, la salute non può restarne che danneggiata. Se l'aria manca di ossigeno è letale, se ne abbonda riesce molto eccitante ed è nella possibilità di cagionar malatie infiammatorie. La molta luce offende la visione, annerisce la cute, sopraeccita; la poca porta languore decoloramento, infeltrazioni. Il calorico di più attiva troppo, liqua e caccia umori ne altera altri e precisamente il sangue e la bile, arreca spossamenti etc.; la mancanza di calorico e quindi il freddo nel molto produce torpore gelamento di parti sonno irresistibile morte, nella moderazione favorisce il ben essere organico e più di tutto la robustezza, nelle repentine alternative induce infiammazioni, gravezze di capo, gitto di materiali in cavità inter-

ne etc. L' elettrico nell' eccesso incenerisce come avviene nel fulmine, in meno illanguidisce il sistema. Il vapore acquoso abbondante ammollisce e rilascia, nuoce alle traspirazioni cutanea e polmonale, favorisce gl' infeltramenti umorali, gl' ingorghi glandolari, rilascia in temperatura calda, più nuoce nella fredda: nella deficienza mena ad adugimenti e secchezze. Le varie evaporazioni delle sostanze che possono far parte dell' atmosfera nella quale si dimora, a norma della di loro natura si rendono diversamente attive, come per le stesse ragioni lo possono divenire i climi, le stagioni, ed i venti. In ultimo se nel suo insieme l' aria non esercita la dovuta pressione nascono emorragie, ansietà, languori, palpitazioni, enfiamenti cutanei e polmonali etc.: nel di più poco favorisce lo sviluppo delle parti e le funzioni della ematosi e traspirazioni, gitta materiali in cavità interne, intorpidisce etc. Quanto simili conoscenze non interessano per giudicare sulla natura e qualità delle diverse arie?

§. 62. *Depuramento aereo.* Potendo restare in mille guise contaminato un aere, per non esserne danneggiato una volta che tal circostanza avverata si sia, fia mestieri depurarlo. Gli antichi adoperavano i fuochi, i vapori di pece, e que' di aceto variamente aromatizzato, la ventilazione, lo spazzamento, la luce etc: oggigiorno dopo i lumi della odierna chimica e della fisica con più successo in vece de' fuochi e de' vapori picei si praticano alcuni gas della di cui azione si è sicuro a bastanza da averne dimostrazione di fatto. Ciò però va

detto per determinati massi aerei, essendo difficile, e pressocchè impossibile il farlo ne' grandi, i quali da' soli mezzi che la stessa natura adopera possono essere depurati, tali sono i venti, le acque, l'elettrico, il calorico, la luce etc. Ecco in sunto i metodi più usati e vantaggiosi per depurare determinati spazj aerei.

§. 63. *Rinnovamento aereo*. Il rinnovellar l' aria è un de' mezzi più generali ed utili. Si ottiene mettendo in movimento la stazionaria con la libera, e ciò con le aperture, con mantici valevoli a cacciar la vecchia ed introdurvi la nuova, con far nascere nel basso di essa violenti esplosioni di materiali combustibili come di polvere da sparo o altro, con la repentina caduta di corpi etc.

§. 64. *Gas disinfettanti*. Fra le sostanze che oggigiorno si credono valevoli a disinfettare un dato aere si noverano alcuni gas atti a distruggere sostanze animali miasmi od altro, sono tali il *gas acido idroclorico o muriatico*, il *nitrico*, e 'l *nitroso*, l' acetico, l' *acetoso* etc. — Si debbe al sig. *Guidon de Morveau* l' uso del gas acido idro-clorico pel disinfettamento, si ottiene apparecchiando in sottilissima polvere idroclorato di soda (sal da cucina) ed ossido di manganese nella proposizione di dieci del primo e due del secondo, si pone poscia tal mescuglio in una terrina o bottiglia di cristallo a larga bocca, questa si sopramette a ceneri calde, in ultimo vi si sopraversa metà del peso della polvere impiegata di acido solforico. È allora che nasce una effervescenza con gonfiore della massa e con sviluppo di gas acido idroclorico ch' è

quello che in sommo grado possiede facoltà disinfettante, non essendovi sostanza che non resti attaccata dalla sua possa. Per adoperarlo con più profitto fa d' uopo che il sito sia chiuso e che così resti almeno per 24 ore, quando si debbe riaprire per rinnovar l' aere già pregno di acido idroclorico e de' risultati delle alterazioni nate. Fia pregio parimente avvertire 1.° che nel sito dove si praticano simili fumicazioni non vi debbono essere nè animali, nè vegetabili, nè minerali, nè legni colorati, per non restarne alterati; 2.° che la quantità di gas debbe corrispondere alla grandezza del luogo. Con dieci oncie di sale due di ossido di manganese, e sei di acido solforico si può disinfettare uno spazio di venti palmi quadrati.

§. 65. Se in vece del predetto mescùglio, ma a simile apparato di cose si pongano in un bicchiere parti eguali di nitrato di potassa (nitro) e di acido solforico, si svolgerà gas *ossido di azoto* (*nitrico*) parimente attivo, ma non tanto soffocante. Tal pratica si debbe al sig. *Smith*. — Mezza oncia di nitro ed altrettanto di acido bastano per fumigare uno spazio di dieci palmi quadrati.

§. 66. Si avrà un' altro gas disinfettante se si porrà dell' aceto in vasi di argilla o di vetro a larga bocca e si porrà a vaporizzare sul fuoco. Tal gas mentre non lascia di essere attivo a bastanza, riesce grato a chi vi s' imbatte a respirarlo, ed è di un facile e non dispendioso apparecchio. Possono aggiungnervisi dell' erbe più o meno aromatiche per renderlo variamente odoroso, ma simili aggiunzioni a nulla giovano,

in vece sogliono riescire nocive al sistema nervoso di molti.

§. 67. *Sostanze assorbenti.* Fra le sostanze assorbenti alcuni coinquinamenti aerei si possono noverare la calce vergine, l' acqua della stessa, e lo imbiancamento con essa praticato, mercè tali mezzi si toglie dall' aria il gas acido carbonico il quale per affinità prepollente va a combinarvisi lasciando l' aere nel quale si trova.

§. 68. *Sostanze rettificanti l' aria.* Diamo tale denominazione a que' corpi i quali mentre tolgono il nocivo danno del buono, come sono i vegetabili freschi che godono la di loro integrità e la benefica azione della luce solare: In tale stato assorbono gas nocivi all' economia animale, e ne sviluppano de' salutari.

§. 69. *Spazzamento e nettezza.* Dappoichè con lo spazzamento e nettezza si toglie il sudiciume, il polverio, i varj corpi che possono produrre esalazioni non buone, ed agitando l'aria si dà luogo al rinnovellamento di essa, ne deriva che possono ben noverarsi fra i mezzi depuranti l' aere, e che conviene spesso adoperare.

§. 70. *Applicazione delle dottrine sull' aria alle diverse classi de' temperamenti.* L' aria qualora gode le di sopra dette qualità (§. 60) è buona e più di tutto pe' temperamenti salutari: i molto sensibili sono giovati da quella delle apriche colline: i robusti e languidi dalla più attiva, bensì dalla fredda i primi, e dalla meno i secondi.

§. 71. *Precetti per ben regolare l' uso dell' aria.* In generale l' aria è buona quando

gode le necessarie qualità, ed è scevra da qualunque nociva combinazione; perciò è salubre la serena libera e giustamente temperata, quella delle apriche campagne e di mare; in paragone è migliore quella della mattina che della sera, e quella di primavera e d'inverno dall'autunnale e dalla estiva; vale lo stesso per quelle di colline e di piani; fra noi è più salutare quella de' venti boreali ed orientali che degli australi ed occidentali: l'aria dopo le tempeste e le pioggie è più pura che prima: non v'è parogone fra la non respirata e la respirata: come fra la ventilata e la chiusa: in ultimo riesce sempre dannoso quell'aere nel quale o manchino i dovuti caratteri e principj, o vi siano de' materiali nocivi come sono gli effluvj di sostanze in fermentazione o putrefazione, gli odorosi etc.

§. 72. Dopo l'espresso ne' precedenti paragrafi si può conchiudere tal titolo dicendo che l'aria è un mezzo necessario alla vita pel suo impasto peso e modificazioni, ch'è utile quando gode le dovute caratteristiche di bontà, e che con l'arte se le possono fare acquistare quando ne manchi; dovendosi esser guardingo a non restarne nociuto quando non è come si conviene.

TITOLO II.

Cibo e bevanda.

§. 73. Intendiamo sotto il titolo di cibo e di bevanda tutto ciò che di solido o di liquido s'ingolla ad oggetto di soddisfare i bisogni del-

la nutrizione e quindi del ben essere organico e della vita. Per esaurire nella dovuta estensione gli oggetti che possono avere rapporto col presente titolo si dirà prima de' cibi più confacenti alla natura umana, co' caratteri che debbono possedere per dirsi buoni; indi dell'apparecchio da darvisi, ed in ultimo del come ben usarne. Si deverà poscia alle bevande, e dopo di aver data idea delle varietà di esse, de' caratteri di bontà di ciascuna, delle alterazioni di cui son suscettibili, e de' mezzi per depurarle e conservarle, si parlerà del come usarne per giovar la salute.

§. 74. *Cibo*. Essendosi conosciuto dalla storia de' popoli che abitano la superficie del globo, e dalla sperienza de' secoli che la nutrizione per varia che sia è valevole a mantenere la vita, e che altronde da alcuni dati cibi si è stato più giovato, mentre da altri danno in vece si è ricevuto, è nata a' fisiologi ed igiologi la giusta bramosìa di sapere *quel cibo sia più confacente alla salute ed al ben essere della razza umana*? Interessando la soluzione di tal problema tutto l'oggetto igiologico del presente titolo, fia dovere occuparsene, e siccome il costume di nutrirsi de' varj popoli può fornire valevoli materiali all'argomento, ecco la necessità di dire di alcuni de' principali.

§. 75. Dalle nozioni che si hanno delle antiche genti si rileva che molte di esse si nutrivano di semplici vegetabili e latte, e che alcune delle selvaggie mangiavan carne: *Strabone* racconta che gli antichi Lusitani vivevano la metà dell' anno di ghiande, e gli Arcadi forma-

van di queste la di loro principal nutrizione. *Eliano* dice che gli Ateniesi vivean di fichi, i Tirintii di alcune spezie di miele, i Garamani di biada, i Meotii ed i Sauromati di miglio, gli antichi Germani di frutta selvatiche e latte coagulato; gli Romani mangiarono per lungo tempo polenta di farina di segale, di spelta, di frumento, e di avena; simili pasti al dir di *G.° Frank* usarono gli Elvezj. Stando poi a quanto lo stesso autore ci ragguaglia nella sua polizia medica, non meno diversità ne' gusti si osserva negli odierni popoli, i Germani fanno gran festa se mangiano un gatto arrostito o un barbagianni stufato, e taluni una insalata con ragni vivi: i Kamtscadali usano l'olio di balena in vece di butiro e vivono di pesci salati che mangiandosi dice *Richerand* in climi caldi risveglierebbero movimenti febbrili: i Kalmuki divorano le placente de'loro animali: gli abitanti dell' isola di Timor si godono i pipistrelli: i Groellandesi certi cani selvatici: gli abitanti di Arracan mangiano sorci, ratti, e serpenti: buona parte degli arabi mangia con piacere le cavallette, e si meraviglia come gli Europei gustino senza nausea le ostriche, i granchi etc.: in Francia si condiscono con zucchero certi scarabei che si smerciano appo i Grandi a caro prezzo: gli abitanti del forte s. Luigi posto sul Senegal non mangiano la carne se non fradicia e piena di cacchioni: gli abitanti di Saldanna, gl' Indiani dell' isola Principe Roberto, gli Jakuti, ed i Kalmuki usano parimente pesci e carni putrefatte: lo stesso gusto hanno gli abitanti della costa di oro, i negri della costa occidentale

dell' africa, que' del capo Monday etc. Al dir di *Adanson* i negri di Portudal ed alcuni popoli dell' Africa mangiano per necessità una certa argilla detta *coanac* che ricevono dall' America; ed al riferir di *Zückert* altri uniscono alla farina una terra fina e ne fan pane.

§.76. Risulta dalle or dette cose che moltiplice è la natura de' cibi di cui può far uso la razza umana; ma interessando la conoscenza de' più salutari (§. 74) si è cercato sapere prima, *qual delle classi degli esseri naturali è più adatta all' uopo*.?, e poscia *quali individui di essa*? Per la soluzione del primo quesito due partiti si han divisa la messe quistionabile uno ha replicato con la scuola di *Pitagora* con *Porfirio* e *Plutarco* che il cibo vegetabile sia il più adatto alla natura umana attesocchè dà un chilo dolce, e non suscettibile di alterazioni settiche ed irritative com' è quello che si ritrae dalle sostanze animali, le quali contribuiscono ancora alla ferocia, come dice l' *Haller ferocissimos esse populos venatores qui solis fere carnibus vivunt*, ed ha conchiuso dichiarando l' uomo un animale *pitòfago*, (mangiatore di vegetabili) — L' altro partito ha reputato l'uomo un' essere *sarcofago*, (mangiatore di carni) dicendo che le sostanze animali sotto piccol volume e senza molto travaglio danno materiali più atti ai bisogni nutritivi di quelli de' vegetabili, i quali fanno ancor menare una vita debole, soggiugnendo che l' uomo sia stato prima cacciatore e poscia agricoltore. Checcchè possa dirsi e pro e contro delle predette opinioni noi troviamo regolare l' avviso di *Galeno* e

di coloro i quali ripongono la buona nutrizione della razza umana nella meschianza delle sostanze animali e vegetabili. Tale pensamento lo deriviamo e dalla sperienza e dalla struttura e bisogni dell' organismo: di fatti sia qualunque il popolo che si vogli prendere in considerazione, e qualunque la sua posizione è difficile trovarlo solo mangiatore di carni o di vegetabili; come altronde le considerazioni de' visceri umani, e quelle delle necessità d'introdurre certi dati principj nutritizj per rimediare ai bisogni della vita, metton colmo alla verità dell' esposto cioè che l' uomo è un animale *onnivoro* (mangiator di tutto). E cosa fia delle sostanze minerali? tranne le due su mentovate delle quali usano alcuni popoli (§.75) le restanti si son trovate disadatte alla nutrizione (*Fisiologia*).

§.77. Era un secondo problema da sciorsi, dopo la risoluzione del primo, *quali fra le sostanze vegetabili ed animali sono le più utili alla razza umana?* Per potere adequatamente rispondervi fia mestieri occuparsi separatamente di ambe le classi.

§. 78. *Vegetabili atti alla nutrizione della razza umana*. Potendo adirsi ad uso di nutrizione tutto ciò ch' è atto a fornire i necessarj principj ai bisogni corporei (*Fisiologia*), ne nasce che que' vegetabili che ne contengono possono essere adoperati per cibi; ben inteso che per i nuovi è buono che l' uso venga prima sanzionato dalla sperienza. Stando poi a quanto l' odierna chimica e fisiologia ne dice, in generale riescono buoni quei che contengo-

no o *fecola amidacea*, o *sostanza glutinosa*, o *zuccherina*, o *mucosa*, od *oleosa*, od *acido-dolce* (*). Avvertendo che più valgono que' che abbondano di fecola amidacea come sono i semi cereali ed i leguminosi; che la sostanza zuccherina di cui van doviziosi certi frutti, foglie, gambi, radici etc. può stare dopo la prima: alle medesime possono farsi seguire le sostanze oleose, e le acido-dolci: ed in ultimo le

---

(*) Si è detta *fecola amidacea* quella polvere bianca che precipita allorchè si stemprano in acqua alcuni semi, tronchi, stipiti etc.: tal sostanza è di somma nutrizione quante volte abbia prima subita una conveniente fermentazione. *La sostanza glutinosa* detta da' primi scopritori *glutine vegeto-animale* va quasi sempre unita con la fecola, ma n' è diversa per l' odore, pel predominio di azoto e per altre proprietà, è parimente buona come la prima, ma non è di facile digestione. La *materia zuccherina* va effigiata nello zucchero, si rinviene in molti vegetabili meschiata alle sostanze mucosa estrattiva e colorante: fornisce nutrizione buona spedita e facile, (ed ecco l' origine degli antichi popoli i quali nella meschianza del mele e latte trovavano un' ottimo cibo). La *sostanza mucosa* o sia *gomma* è un materiale denso veschioso e scipito che ordinariamente percola da' vegetabili, e va spesso unito allo zucchero e ad altre sostanze: è parimente nutritizio. L' *olio* vien fornito da semi, frutti, polpe etc., dà nutrizione, ma è poco digeribile, genera umori lenti, adipe etc. L' acido dolce de' vegetabili deriva dalla unione della parte zuccherina con qualche acido: suole riuscire rinfrescante nutriente etc.

glutinose e gommose attesa la di loro non facile digeribilità. Le altre parti componenti i vegetabili come sono la *colorante* la *legnosa* etc. quasi niente valgono all'oggetto. Ecco intanto un novero di sostanze vegetabili trovate buone alla nutrizione, e che noi passiamo a dettagliare sulle orme della nostra antica scuola *Salernitana*, di *Linneo*, di *Durante*, di *Carminati* etc.; sulle stesse traccie esporremo le animali.

§. 79. Sono di buona nutrizione i frutti a *nocciuolo* ed a *drupe* come le albicocche, le pesche, le ciriegie, le susine; quelli a *semi* come le mela le pera le cotogna, le nespole, le mela-granate; le varie spezie di aranci; i frutti a *fiocini* come le uve, il ribes etc.; quelli a *bacche* come le more il mirtillo, le fragole; que' delle piante *cucurbitacee* come i melloni i cocomeri, i citriuoli etc.; quelli a *noci* come le noci, le nocelle, le castagne, le mandorle, i pistacchi, il cacao, le ghiande delle quercie che producono il sughero etc. I frutti in generale si possono mangiare freschi, secchi, lessi, ed arrostiti a norma dell' apparecchio trovato più confacente per renderli digeribili. Quando son freschi ed abbondanti di un acido dolce riescono nutrienti e depuranti perchè allungando la massa umorale, favoriscono le crisi etc.

§. 80, Sono ancora buoni frutti quelli di certe piante *leguminose* come le fave, i piselli, i fagiuoli, le lenti, i ceci etc. Fia mestieri però mangiarli cotti. Se ne può fare del pane ma non è così salutare come quello di grano.

§. 81. Le piante *graminacee* danno ottimi

semi per l' oggetto in dettaglio, tali sono le diverse specie di frumento, l' orzo, la segala, il riso, il miglio, la saggina etc., essi però valgono più di tutto a dare buon pane, sebbene il migliore sia quello di grano, possono per altro mangiarsi sotto diversa forma.

§. 82. Certe *radici* somministrano materiali nutrimentosi sono tali quelle delle patate, delle carote, della rape, de' navoni, delle barbabietole, delle scorzonere, delle barbe di becco, di cassava, di cipolla, di agli, di scialogni, di porri, di ramolacci etc. Dell' enunciate radici se ne posson fare diversi apparecchi graziosi e variamente utili.

§. 83. Fra le *erbe* di utile cibo si possono noverare la lattuga, la scarola, il sedano, il crescione, il cerfoglio, il radicchio, l' acetosa le varie specie di cavoli, i carcioffi, gli spàragi, gli spinaci, le cicorie, le foglie di bieta, di boraggine etc.

§. 84. I *funghi* non lasciano di dare sostanze da mangiarsi, ma raccomandiamo di abiurarne l' uso (a meno che non si abbia una certezza d' innocuità) atteso il pericolo di restar tossicato mangiandone de' velenosi, considerandoli con Seneca *cibum ancipitem*, *ac voluptuosum venenum*.

§. 85. Possono parimente noverarsi fra i vegetabili nutrienti molte *piante marine* delle quali in certi siti si fanno buone gelatine; i *frutti dell' albero a pane*, il *sagou* midolla di una specie di palma delle indie orientali; il *salep* che preparasi in Turchia ed in Persia da una spezie di orchite; le radici della *maranta*

arundinacea; e della *cassava* di america delle quali se ne apparecchiano gelatine; il *liche-ne islandico* degl' Islandesi; la *gomma arabica* degli arabi e degli abitanti del Senegal etc.

§. 86. Oltra all' attendersi alla scelta delle spezie de' vegetabili si badi alla di loro *maturità*, all' *essere scevri* da alterazioni naturali ed avventizie, ed all' *apparecchio*: poichè in tutti gli enunciati casi possono non aversi i necessarj principj nutritizj, ed in vece riceversene de' nocivi. Su tali oggetti si porterà il dovuto commento quando si dovran fare le stesse considerazioni sulle sostanze animali.

§. 87. *Sostanze animali atte a dar nutrizione alla razza umana*. Partendo dallo stabilito per le sostanze vegetabili, che può adirsi ad uso di nutrizione tutto ciò ch' è atto a fornire i principj necessarj ai bisogni della vita (§. 76.), ne nasce che fra le sostanze animali possono essere adoperate per cibi quelle che ne contengono; restando sempre fisso l' avviso che l' esperienza è buono che sanzioni l' uso de' nuovi. Stando poi a quanto l' odierna chimica e fisiologia ne dice, in generale riescono ottime alla nutrizione quelle parti animali che contengono o *fibrina*, o *osmazoma*, o *albume*, o *gelatina*, o *latte*, o *adipe* (*), avvertendo che più

(*) Si è detta *fibrina* un de' prodotti immediati delle sostanze animali, è solida, bianca, insipida, senza odore etc., si ricava dal chilo, dal sangue e da' muscoli. — L' *osmazoma* o materia estrattiva del brodo è una sostanza bruno-rossagnola, di odore

valgono quelle che abbondano di fibrina e di osmazoma (trovandosi quasi sempre unite) come sono le parti muscolari delle quali ne forman la base, e 'l sangue; che le sostanze nelle quali predomina l' albume e la gelatina, come il sangue, le uova, la polpa nervosa, la cute, le membrane etc. possono farsi succedere alle due prime; ed in ultimo posson farsi seguire quelle nelle quali il latte e l' adipe ne fan parte, come le varie preparazioni del latte, e le diverse modificazioni dell' adipe. — Dopo l'espresso ecco un novero di sostanze animali trovate utili alla nutrizione.

§. 88. Fra i quadrupedi forniscono materiali atti alla nutrizione della razza umana le carni di bove, di vitello, di castrato, di agnellino, e di capretto da tre a sei mesi. I Romani riguardavano la carne di majale come la più sana e corroborante, mentre in Oriente si crede cagione di malatie cutanee. La carne di capra e di caprone un tempo fu molto stimata. Quella di cignale è migliore di quella del porco ordinario: questi animali quanto sono più

---

aromatico e di sapore forte simile a quello del brodo, si ricava dalla carne di bove, dal cervello, da alcuni funghi etc. — Dell' *albume* se ne può avere una idea nella chiara di uovo, si ricava dalla stessa, da' nervi, e da' prodotti delle secrezioni sierose. Nella colla si può avere una nozione della *gelatina*, si ritrae dalla carne muscolare, dalla pelle, dalle cartilagini, da' ligamenti, da' tendini, dalle membrane, dalle ossa etc. — Il *latte* e l' *adipe* perchè sostanze conosciute a bastanza perciò ci dispensiamo di parlarne.

giovani altrettanto sono migliori, come parimente più valgono i maschi delle femine, bensì nell' eccesso producono eruzioni cutanee, di fatti si crede nella china che l' abuso di tal carne produca la lebbra. Gl' Indiani, i Cinesi, e gli Africani mangiano con successo le carni di cane, che *Ippocrate* disse efficaci nelle ostruzioni; ed i Tartari quella di cavallo ancor cruda. Poco si gusta l' asinina — Fra i mammali selvatici si usa la carne di lepre, di cervo, di coniglio, di porcellino d' india, d' istrice, di riccio, di tasso, di ghiro, di scojattolo, di volpi, e di gatti giovani. Poco e niente si posson mangiare le carni delle faine, delle camozze, delle foche, de' tricechi, delle balene, de' delfini, degli orsi, de' lupi, de' leoni, delle tigri, delle scimie etc.

§. 89. Fra gli uccelli que' che si nutrono di bacche e di grani sono i migliori, sono men buoni que' che vivono d' insetti, i carnivori sono insalubri e disgustosi; in generale poi quando le carni biancheggiano sono mangiabili, eccone un novero. Danno buon alimento il piccione, il colombo selvatico, la tortora, l' allodola, la calandra, il guizzettone, la tordina, lo storno, il mergo pescatore, il tordo, il merlo, il dresso, il codi-rosso di monte, il viscardo, il tordo coquato e 'l rosso, il verdone o amarotto, il frusone, il becco in croce, il ciufolotto, l' ortolano, il sivolo o zivolo de' prati, lo strilozzo, il fringuello, il lucherino, il verdèrino, il fanello, il montano, il persicino, la passera mattugìna, e la comune, l' aliuzzo, il muscicape, il beccafico, la sulicaria, il capinero,

la coditremola, la cutretta gialla, il passero di siepe, il codi-rosso, il petti-rosso, lo scriccio, il reatino, il fiorrancino, l' usignuolo, il rondone nero. Il cigno, l' oca, l' anitra (il cui fegato fu ghiotto boccone appo i Romani, come non lascia tuttavia di esserlo in alcuni paesi), la coda lunga, il mestolone, il garganello, le tre specie di smergo, il tarabuso, la cinerea, la grù, la cicogna, la beccaccia, il beccaccino, il beccadino, il cul bianco, l' allodola di acqua, la scolopax lapponica, e 'l calidris, la tringa arenaris, la pavoncella o vanello, il piviere comune, la gallinella palustre, la giardina, il faggiano giallo e comune, il pavone, la gallina d' india, quella di faraone, la pernice, la quaglia, il gallo di montagna, il francolino, la cotorna, il rigolo, il cuculo, il torcicollo, il peciotto, il rampeghino giovine ec.

§. 90. Poco si gustano l' aquila comune, il falcone, il nibio, il girifalco, l' abbuzzago, lo sparviere, il falchetto, il tinnoncolo, la civetta, il gufo, il civettone, l' allocco, le piche, i corvi, le cornacchie, la mulacchia, la tardona, i colimbi imber, e sottaquino, il gabbiano, le ardee maggiori porpuree, minute e nycticorax, l' airone, il chiurlo maggiore e minore, la limosa, il piviere maggiore, le folache, le parussole maggiori molinara palustre civica, lo scovazzino. Molti però fra gli enunciati riescono di grato sapore e nutrizione a certani quando sono pingui e giovani.

§. 91. Fra i *pesci*, *crostacei*, *vermi* etc. si mangiano la trotta, il tremolo, il carpione, il persico, il luccio, la tinca, ed altri della clas-

de' ciprini (sebbene è buono astenersene affsocchè alle volte le di loro uova riescon nocive), l'agone, l'anguilla, il labrò, lo sgombro, il tonno, il rombo, la sfoglia, gli spari, la clapea, il granchetto, l'anguilla, il salmone, l'aringa, la morva, il merluzzo, lo storione, la lampedra, la testuggine volgare, ma più la marina, la rana, i gamberi, ma i migliori son que' di acqua dolce, i datteri, i petronchi, l'ostrica, le varie chiocciole di mare e di terra, il mitilo, la seppiola, il calamajo, etc. — I pesci in generale nutriscono meno degli altri animali, han però di particolare che stimolano alla venere, e cagionano malatie cutanee.

§. 92. Fra le sostanze di prodotto animale conviene noverarvi il *latte co' suoi apparecchi*, le *vuova*, ed i *nidi* di certi uccelli. — Il latte di tutti i mammiferi è nutritizio, il vaccino però lo è di più, segue quello di pecora, poscia quello di capra, di cavalla, di asina, l'umano. Per essere buono sia fresco, di animale ben nutrito, esercitato, e sano. Per conoscere la bontà del latte si è adoperato il *galactrometro*, antichissimo strumento che a torto si attribuisce a *cadet de vaux* (1). Tutte le preparazioni del latte come sono il burro, il siero, il formaggio, etc. poco valgono rimpetto alla bontà del latte fresco: beninteso che a pari circostanze il migliore è il butiro, segue il siero, poscia le

(1) Il galactrometro consiste in un tubo di vetro marcato di gradi il quale a norma che variamente indentra nel latte da' conoscenza delle falsificazioni.

diverse preparazioni di coaguli di latte, ed in ultimo il formaggio. In tutti gli anzidetti apparecchi si brama la purezza e la semplicità potendovisi in mille maniere meschiare materiali sia a bella posta sia da' vasi, etc. Così al latte per impedire il coagolo e le alterazioni si suole unire la calce e la potassa, per farle acquistare densità la farina: ne' formaggi e butiro altri corpi etc. Per conoscere simili alterazioni si attenda a quanto sarà detto nelle osservazioni generali sulla maniera di conoscere le frodi de' cibi e delle bevande.

§. 93. Le *uova* e precisamente quelle di gallina sono di ottima nutrizione, e più il torlo che l' albume; conviene però mangiarle fresche ed appena riscaldate al fuoco, o crude: diceva la scuola salernitana *si sumas ovum molle sit atque novum*, ed il *Presbitero quod bona sint ova candida longa nova*. Possono farsene altri apparecchi.

§. 94. La *hirundo esculenta* di Linneo, che nelle isole filippine si chiama *solingane* fornisce col suo nido una nutrizione che molto vale, ella lo costruisce fra cavi di scogli con sostanze glutinose che danno un'apparenza simile alla colla di pesce, e che analizzate han dato una gelatina animale simile a quella di vitello ma più sòda e materiale, e pare che si lavori nello stomaco della stessa rondine. I nidi mentovati sono molto stimati nella China, nella Cochinchina, ed in tutte le isole dell' oceano indiano: se ne formano zuppe che passano per molto nutrienti, e per cibi deliziosi. Dice *Senebier* che di tali nidi se ne fa la raccolta tre volte l' an-

no quando i piccoli nati han messo le penne. Ne' siti su' citati il consumo che se ne fa è grande estraendosene solamente da Batavia più di 4,000,000 per anno. Il di loro costo ascende a dieci piastre la libbra.

§. 95. Fra le sostanze nutritizie fia mestieri contare il *mele* prodotto dall'economia delle api. Desso nel mentre dà sostanza alimentizia ed amica, non lascia di fornire una ottima panacea generale di lunga vita e di più mali. Il suo credito è antichissimo e noi non osiamo contrastarglielo, di fatto dimandato il centenario *Democrito* con quali mezzi era giunto a tale età? rispose coll'uso esterno dell'olio e coll'interno del mele. *Pitagora* non lasciò di avvalersene, e tutti gli scrittori antichi come *Plinio*, *Dioscoride* etc. lo encomiarono utile alla vecchiaja come atto a prevenire l'indurimento delle parti, a favorire le crisi, e quindi l'espulsione di materiali nocivi.

§. 96. Fia util cosa riportare in tal sito la classificazione delle varie sostanze vegetabili ed animali che il sig. *Barbier* ha adottato nella sua igiene terapeutica, potendo riuscir utile accoppiata alle pronunziate idee. Parte il sig. *Barbier* dal dividere tutte le sostanze suscettibili a dar nutrizione in dieci sezioni, indi in ciascuna vi considera le spezie, gli effetti che producono nel corpo vivente, la costituzione organica, i mezzi medicinali che forniscono, la contraindicazione: eccone un sommario.

Classe I.ª Alimenti mucilagginosi. Vi predomina la mucilaggine e la fecola verde. Vi si possono noverare la carota, la scorzonera, la

barba di becco, la pastinaca, la bietola, la rapa, i tartuffi, gli sparagi, gli giovani getti di piante vivaci, il cavolo cappuccio, la lattùga; l'endivia, gli spinaci, la dolcetta, i carciofi, i cardoni, i fagiuoli e piselli verdi, le zucche, i cedriuoli, i cocomeri, i melloni, il lupolo, la malva. L'enunciate sostanze riescono di assai facile digestione, ma sono poco nutritive, ed hanno un'azione rilasciante.

Cl. II.ª Alimenti zuccherini. Vi predomina la parte zuccherina, e vi va unita la mucilaggine. Sono tali i fichi, i datteri, le uve, i prugni, le albicocche, maturi e disseccati. Sono di facile digestione, riescono eminentemente nutritivi, ed hanno una potenza lentamente addolcente.

Cl. III.ª Alimenti oleosi. Vi predomina l'olio fisso, e vi suole andare unita la mucilaggine e la fecola. Sono tali il cacao, le olive, le mandorle dolci, le nocciuole, le noci, i semi di papavèro, l'olio di faggio, e di altri semi. Riescono di digestione difficile, molto nutritivi, e d'influenza fortemente rilasciante.

Cl. IV.ª Alimenti farinosi. Vi predomina la fecola o l'amido. Sono di tal classe il frumento, l'orzo, l'avena, il riso, la segala, il grano d'india, i pomi di terra, le castagne, il sagù, il salep, i fagiuoli, i piselli, le fave, le lenti, i ceci. Sono di digestione difficile, eminentemente nutritivi, e d'influenza addolcente.

Cl. V.ª Alimenti acidoli. Vi predominano uno o più acidi e vi vanno combinati zucchero, mucilaggine e fecola. Sono tali le mela-

rancie, i ribes, le ciriegie, le persiche, le fragole, i lamponi, i gelsi, molte uve, le prunna, i pomi, le pera, l' acetosa. Sono di facile digestione, pochissimo nutritivi, e d' influenza temperante assai energica.

Latte. Il latte di donna, di asina, di capra, di vacca, riesce di digestione assai facile è mediocremente nutritivo, ed ha una influenza addolcente.

Cl. VI.ª Alimenti gelatinosi. Abbondano di gelatina. Sono tali i tessuti dermoidei, i cellulari, i membranosi, i tendinosi, gli aponeurotici, i ligamentosi, i glandolari, le carni di vitello, di pollo, di agnello, ed in generale le parti degli animali giovani, le ranocchie, molte specie di tartaruche, ed altre di lumache, le ostriche. Si possono noverare in tal classe i pesci, sono di digestione difficile, eminentemente nutritivi, e d' influenza rilasciante.

Cl. VII.ª Alimenti fibrosi. Vi predomina l' osmazoma. Sono tali le carni di bove, di montone, di gallo, di colombo, di pernice etc. Sono di digestione assai facile, eminentemente nutritivi e d' influenza eccitante. — Le uova possono considerarsi sotto la classe delle sostanze fibrose pel principio nutritizio.

Cl. VIII.ª Alimenti tonici. Contengono principj amari meschiati a zucchero e mucilaggine. Parimente vi possono aver luogo il tannino l' estrattivo e l' acido gallico. Sono tali i mucillagginosi, gli zuccherini, gli oleosi, i farinosi amari, il latte con infusioni amare, i gelatinosi, ed i fibrosi amari. Sono di perfetta digestione, di qualità nutritiva in rapporto con

la natura dell' alimento, e d' influenza tonica.

Cl. IX.ª Alimenti eccitanti. Contengono principj acri volatili o aromatici meschiati alla base nutritiva, mucilagginosa, zuccherina, oleosa. Sono tali il sedano, le cipolle, l' aglio, i cibi ne'quali si aggiugne pepe, nocemoscada, garofani, cannella, foglie di alloro, vaniglia, santoreggia, timo, prezzemolo, senape, gomma-ammoniaca, mirra, zafferano, sale da cucina etc.: Riescono parimente eccitanti gli alimenti mucilagginosi, gli zuccherini, gli oleosi, il latte, i glutinosi, i fibrosi. Fra le bevande sono eccitanti il vino, il siero, la birra, l' alcoole, il caffè, il te, la ciccolata. — L' enunciate sostanze sono di pronta digestione, di qualità nutritiva in rapporto con la natura chimica degli alimenti, e d' influenza eccitante.

§. 97. Uniformemente al detto sul conto de' vegetabili (§. 86.) nella scelta delle sostanze animali si attenda all' *età*, ad essere scevre da *alterazioni* naturali ed avventizie, all'*apparecchio* ed alla *maniera di conservarne* certune, e ciò a fine di aver sempre la dovuta bontà ne' necessarj principj nutritizj. Ecco un commento a tali oggetti.

§. 98. *Maturità necessaria alle sostanze vegetabili ed animali che si addicono ad uso di nutrizione*. Importando il vocabolo *maturità* perfezione e compimento di sviluppo tanto nelle parti solide quanto nelle umorali, ne nasce che que' vegetabili od animali i quali non sono giunti al dovuto svilvppo mancano della necessaria perfezione, o sia de' principj per dirsi buoni, e siccome quando questi si richieggo-

no la mancanza porta difetto, è perciò che nella scelta di qualunque sostanza nutritizia in generale si debbe attendere alla maturità: tanto però va detto in termini generali poichè vi sono de' casi ne' quali certe sostanze si possono usare, e con successo non ostante che ancor giunte non sieno al colmo della maturità come sono certi frutti ed animaletti i quali riescon più sapidi in tale stato. Sia perciò utile avviso di non destinar mai ad uso nutritizio sostanze immature, tranne qualche particolarità che l'uso od altro ne avrà sanzionato favorevoli i risultamenti, correndosi rischio di restarne nociuto, e per la mancanza di certi principj, è pe' materiali non buoni che s'introducono.

§. 99. *Alterazioni di cui son suscettibili le varie sostanze vegetabili ed animali che si adicono ad uso di nutrizione*. Si possono noverare fra le più cospicue alterazioni certe *malatie* delle specie, la *corruzione*, l'*apparecchio* e *certe addizioni*. In generale si abbi per alterata una sostanza quando non gode il solito stato di freschezza, di colorito, di odore, di sapore, di mollezza, di durezza etc.: Si avranno poi dati più sicuri se si osservino suggellazioni, erosioni, liquami, o altri segni morbosi; se siano molto vecchie, o se si abbia scienza che la provenienza sia malsana. Parimente sono alterate le varie sostanze vegetabili ed animali in tempo degli amori e riproduzioni, in certe stagioni, quando riescono oltramodo stimolanti, e quando prima di esser vittime si abbiano fatto molto soffrire. Fra le alterazioni additizie poi si debbono noverare quelle de' materiali

varj che possono esservi combinati, come si dirà. Allora nell' usare delle diverse sostanze nutritizie si attenda a procurarsele fresche, sane, e non alterate in verun modo, riuscendo nocive pe' principj che danno.

§. 100. *Mezzi adoperati per conservare certe sostanze nutritizie*. A fin di avere inalterate alcune sostanze nutritizie in tempi quando se ne manca, si è cercato conservarle col disseccamento al sole al forno al fumo all' ombra; col salarle; con lo inzuccherarle, coll' intonacarle di cera, o di argilla; con covrirle di ghiaccio, o di polveri di carbone, di farina, di arena, di argilla; col porle in infusione nell' alcoole, nell' aceto, nel vino, nell' olio; ed in generale col privarle o dal calorico o dalla umidità o dall' aria, che sono i mezzi che favoriscono la corruzione di qualunque siasi sostanza organizzata.

§. 101. *Apparecchio de' cibi*. Le varie forme generali di apparecchio che possono darsi alle sostanze nutritizie sono l' *abbrostitura*, la *bollizione*, il *disseccamento*, la *salatura*, e l' *infusione* in sostanze alcooliche, acetose, vinose, oleose, lo *zuccheramento*. — L' abbrostitura o arrostitura, o cuocitura delle sostanze sul fuoco è il più semplice e salutare da potersi a tutti preferire. La bollizione sotto della quale comprendiamo quella cuocitura che si faccia in qualsisia liquido aqueo, alcoolico, oleoso etc., è un apparecchio più composto; ben inteso che la eseguita nella semplice acqua è la più salutare, e la migliore dopo l' arrostitura, e che la bollitura nell' olio o grasso o sia il *frit-*

to, lo *stufato* etc. sono le men buone. Il disseccamento cui mercè si tolgono quasi tutti i succhi alle sostanze rende le stesse poco nutrimentose e digeribili: Dannose a comune avviso sono tutte le salate per le alterazioni che inducono col molto sale di cui van pregne. Meno nocive riescono le conservate in aceto in vino in alcoole, sempre però quando se ne usi con moderazione. I moltiplici apparecchi che possono fare i cuochi sono modificazioni e talvolta complicazioni degli esposti: quanto però si opera da' medesimi qualora si scosta dall'aurea semplicità è sempre dannoso. Sul conto degli apparecchi si badi al sito dove van fatti: fra tutti i vasi que' di argilla e di ferro sono i migliori, altri di diversa natura possono indurre dal più al meno alterazioni. Nè vale il così detto *intonaco di* stagno e precisamente per que' di rame (i quali sempre sono nocivi) poichè lo stagno sciogliendosi con l'ossidazione e combinazioni novelle tanto quando è puro, quanto quando va combinato o col piombo o con l'arsenico, riesce in tutti i casi velenoso, e più di tutto se vi ci si cuocciano cose acide o salate.

§. 102. Fa parte interessante dell'apparecchio de' cibi la *confezione del pane*. Affinchè questo riesca buono si attenda 1.° alla scelta delle farine procurando che siano scevre da qualunque siasi principio eterogeneo come sarebbero le farine de' semi che sogliono meschiarvisi, quelle con malatie che sogliono soffrire, l'allume, la biacca, il marmo polverati etc. che talvolta vi si uniscono per renderle pesanti etc. 2.° al metodo che si serba nell'ap-

parecchiarlo, scegliendo il migliore fra i ricevuti, o sia quello di fare ben fermentare la pasta, ed indi in adattati forni darvi la dovuta cuocitura, 3.° ad aggiugnervi una giusta quantità di sale per favorire la digestione, 4.° ad adoperare l'acqua pura e mai quella di sapone o altra che per farlo riescir bianco spugnoso etc. si sogliono usare. 5.° Ad impiegare persone sane per non lasciarvi seminj morbosi, 6.° a riporlo in siti puliti, ed in forni riscaldati con legni che non possono dare gas nocivi o variamente sapidi etc. — Il pane è buono usarlo fresco poichè non ben si digerisce il molto duro e muffàto. Si può conservare per più tempo biscottandolo. Si conosceranno le frodi usando dell'analisi come si dirà.

§. 103. *Condimento de' cibi*. Si usa il condimento ne' cibi per renderli più grati al gusto, all' olfatto, allo stomaco, e per soddisfare certi bisogni. Fra i condimenti usati si possono noverare il sale con le varie sostanze dallo stesso condite, l' aceto con le preparazioni in esso fatte, i succhi e le corteccie di cedro di limoni di aranci, la salvia, il prezzemolo, il rosmarino, il timo volgare, il serpillo, il basilico, la maggiorana, l' origano, gli stigmi dei fiori dello zafferano, i semi di carvi o cumino, di finocchio, di anice, le foglie di lauro nobile, le bacche di ginepro, i fiori di cappero apparecchiati con sale ed aceto, l' aglio, la cipolla, il porro, la radice di barba forte, i semi di senape nera, la nocemoscada e 'l macis, la cannella, i gherofani, il pepe nero, il bianco, il pepe garofalato o pimenta, il peperone o pe-

pe d' india volgare, il cucube, lo zenzero, etc. Parimente si usa condire i cibi con *zucchero* e con *sostanze pingui*. Tranne queste due ultime classi di condimenti le tre restanti *aromatiche saline* ed *acide* poco giovano alla buona salute tranne il caso di doversi usare come rimedj, poichè niente somministrano di nutrizione, non dando che parti acri ed irritative, favoriscono l' introduzione di certi cibi che a solo si abborrirebbero, e col solletico che arrecano ne fanno ingollare di più. Quindi chi sorveglia all' educazione dovrebbe guardarsi dall' assuefare i piccoli all' uso di tali condimenti se brama in essi vita sana e longeva. Ma quanto non si abusa su tale oggetto dagli odierni popoli? dice *Raynal* nella sua storia filosofica e politica che in un anno con l' altro arrivano in Europa 300,000 libbre di garofani, 250,000 di nocimoscade, 100,000 di macis, 400,000 di cannella, e 5,000,000 di libbre di pepe.

§. 104. *Norma per ben regolare l'uso dei cibi*. Per ben regolare l' uso de' cibi si attenda alla scelta, all' apparecchio, alla quantità, ed alla maniera di usarne, all' adattarli a norma dei temperamenti, delle stagioni, dello stato vitale, ed in ultimo a ciò che fa d' uopo per ben compiersi la funzione digestiva.

α) Si scelgano que' cibi fra le sostanze animali e vegetabili che sono di buona nutrizione, di facile digestione, e scevri di alterazioni, badando a procurarne una prudenziale unione, qualora non sia sufficiente un solo.

β) Gli apparecchi, i condimenti e le conservazioni sian semplici ed atte a favorire la di-

gestione la nutrizione e 'l ben essere corporeo.

γ) Si prendano cibi quando dalla fame non morbosa vi si è spinto,

(*Tu nunquam comedas stomacum ni noveris esse*
Purgatum, vacuumque cibo quem sumpseris ante,
Ex desiderio id poteris cognoscere certo . . . . S. S.) a fine di non dar luogo a dissesti morbosi: poichè *plures occidit gula quam gladius*.

δ) Si usi de' cibi a riprese, e 'l costume di prenderne in due volte al giorno è il più commendevole perchè si fanno migliori digestioni ed assimilazioni. Dopo ciò quanto era nocivo l' uso degli antichi Romani in tempo dell'auge del di loro impero i quali mangiavano cinque e spesso sei volte al giorno? Eglino facevano *colazione* (*jentaculum*), *pranzo* (*prandium*), *merenda* (*merenda*), *cena* (*coena*), e talvolta prima e seconda *refezione* (*comissatio*).

ε) In generale nel cibarsi si sia parco se si vuol godere buona, e longeva salute (*sobrius esto et longe vives*), e 'l torsi da tavola con voglia di più mangiare è l' unica regola da seguirsi. Per quanto poi si commendi la sobrietà, altrettanto si raccomanda a non restar mai digiuno senza che un bisogno lo imponga, essendo sempre buono un nuovo chilo (Fisiologia). Se poi talvolta se ne sia ingollato di più si cerchi cacciarlo per non infermare: diceva *Salomone si coactus fueris in edendo multum surge e medio, evome, et refrigerabit te, et non adduces corpori tuo infirmitatem E. o.*

XXXI.; ed *Ippocrate ubi copiosior praeter naturam cibus ingressus fuerit id morbum creat?*

ε) Nel cibarsi si segua la semplicità in vece della complicazione, riuscendo più salutare la prima della seconda; son quindi da proscriversi gli vecchi, e gli odierni *apicj*, come certe tavole imbandite alla franzese nelle quali si comincia il pranzo dalle *zuppe* (*soupes*) e da piattellini di varie coserelle che si servono con le minestre (*hors d' oeuvres*), si passa poscia agli *antipasti* (*entres*), agli piatti di mezzo (*entremets*), agl' *intingoli* (*poudings*), e finalmente agli frutti ed alle confetture (*dessert*).

ζ) La presa degli alimenti sia sempre dopo il travaglio, badando che in tempo di sera per esser tranquillo nella notte, è buono esser parco nell' uso di essi (checchè ne abbiano detto in contrario *Ippocrate*, *Galeno*, e *Celso* con altri), trovando più regolare in tal rincontro il precetto della nostra scuola Salernitana la quale avvisa che *ex magna coena stomaco fit maxima poena*, ed altrove *ut sit nocte levis sit tibi coena brevis*.

η) Nel prender cibi si mastichi bene contribuendo moltissimo tal prima digestione alla bontà delle successive; non potendosi vi si adempia con gli apparecchi e mezzi meccanici.

ϑ) Si cerchi essere di animo tranquillo nell' atto del pasto a fine di ben sentire l' azione de' cibi e disporli a felice assimilazione; a qual oggetto se si può si sia fra lieta compagnia: se in vece si sia in inquietudine se ne sospenda la presa sino alla calma.

ι) Ai temperamenti sensibili poco giovano le sostanze molto eccitanti e nutrienti, in vece son buone le meno come alcune fra le animali, le uova, il latte, le frutta, ed i vegetabili in generale: vale pe' medesimi la moderazione: gli aromi son sempre nocivi. — I temperamenti fantastici debbono essere trattati con prudenza da' cibi carnei poichè dai vegetabili son poco giovati, e meno dal latte (*lac ipocondriacis malum*. Ip.): nel mentre han bisogno di essere spesso rifocillati, si guardi alla sobrietà. — Gli stessi precetti si posson serbare pe' temperamenti languidi. — I salutari son giovati dalla regolarità e moderazione. — I robusti han bisogno di molta nutrizione soda ed eccitante.

ια) Nelle stagioni fredde si può usare più cibo e forte che nelle calde, sì pe' maggiori bisogni, sì perchè le fibre soffrono più volentieri l' azione degli stimoli che vi si applicano: vale l' inverso per le calde nelle quali è utile il parco. Valga lo stesso pe' climi. Ecco un uniforme prescritto dalla nostra scuola Salernitana.

Temporibus veris modicum prandere juberis,
Sed calor aestatis dapibus nocet immoderatis . . . . . .
De mensa sume quantumvis tempore brumae.

αβ) I varj stati di salute meritano diverso trattamento. Quando si è sano e forte si soffre qualunque cibo: quando si è debole conviene il moderato e parco: nello stato di acuzie morbosa giova la dieta: nelle malatie infiammatorie

ed irritative abbisognandosi di cibi valgono i rinfrescanti: in quelle di languore i nutrienti ed i stimolanti convenientemante adoperati.

αγ) Dopo di aver preso nutrizione bisogna il riposo, poichè in tal guisa la funzione digestiva non soffre dissesti (*post prandium stabis* . . . . S. S.) *Ficino* diceva ch'era cosa mostruosa il travagliar dopo pranzo (*monstrum est*); ed *Asinio Pollione*, primo ad innalzare in Roma una biblioteca, fuggiva tanto l'applicazione dopo il desinare che al dir di *Seneca*, per non disturbar la digestione neppure voleva leggere le lettere. Tal riposo però può limitarsi a qualche ora, potendosi poscia ricominciare il travaglio. I climi i bisogni, e l'educazione possono fare qualche eccezione al prescritto, sempre però la funzione digestiva ne resta discapitata.

§. 105. Dopo il detto sul conto de' cibi si può conchiudere che può addirsi ad uso di nutrizione tutto ciò ch'è valevole a fornir materiali ai bisogni corporei; che le sostanze animali, vegetabili, non che alcuni minerali possono darne, e che nella semplicità, bontà, e regolarità in usarne si può trovare la salute.

§. 106. *Bevanda*. Denominiamo bevanda qualunque liquido che s'introduca ad oggetto di soddisfare alla sete, e ad altri bisogni corporei (*Fisiologia*). Dividiamo poi le bevande in due classi generali, *naturali*, ed *artificiali*, a norma che si trovano apparecchiate dalla stessa natura, o che siano un prodotto della umana industria.

§. 107. *Bevande naturali*. L' *acqua* è l' unica bevanda che dalla natura pure che sia

stata destinata per gli animali tutti, e con *Hoffmann*, *Fordice*, *Faust* etc. la reputiamo quella panacea universale che vale alla buona salute, alla longevità ed a tutti i mali, di fatti è dessa l'unico mezzo cui mercè si soddisfa a tutti i bisogni delle parti e dello insieme del nostro fisico; essendo il veicolo delle secrezioni e quindi de' fattori dell'eccitamento e della vita (*Fisiologia*). Partendo poi dalla idea che l'odierna chimica fornisce della purità dell'acqua, che risultar debbe da idrogeno ed ossigeno nelle proporzioni di 15 a 85, ne nasce che qualunque combinazione vi sia la rende sempre deteriore della necessaria bontà, tranne qualche principio che la può fare riuscire medicinale o più digeribile. Le acque dalle quali si può trarre bevanda sono quelle di pioggia, di neve, di rugiada, di fiume, di pozzo, di fontana, di mare, di lago, di palude, minerali etc. Delle medesime alcune riescon buone, altre nocive una volta che non vi si porti il dovuto depuramento. Quanto segue è diretto a conoscere i *caratteri di bontà di un' acqua*, *i mezzi per depurarla*, *e conservarla*, *e la maniera per ben usarne*.

§. 108. *Caratteri di una buona acqua potabile*. L'acqua per dirsi buona debbe essere limpida, inodora, leggiera, valevole a spegner la sete, ed a rendersi sapida appena, suscettibile a sciogliere i saponi, a cuocere i legùmi, a raffreddarsi e riscaldarsi con facilità, a mescersi ad una certa quantità di vino, a non dar depositi. *Plinio* voleva che l'acqua somigliasse ad un'aria sana; Ed *Ippocrate* aggiugneva esser ca-

ratteri di una buona acqua quando scende da luoghi elevati e da colline, quando scorre verso oriente etc.

Quindi nella scelta delle acque si debbe attendere che si accostino per quanto è possibile agli enunciati caratteri. Ma siccome delle spezie predette ben poche possono goderne, e non sempre si possono avere i mezzi per depurarle, perciò sul di loro conto si rifletta 1.° che le acque di pioggia, di neve, di ghiaccio, e di rugiada son buone quando sono raccolte scevre da coinquinamenti, sebbene principj eterogenj che han preso dall' atmosfera sempre ne faccino parte. 2.° che l'acqua de' fiumi eguaglierebbe la bontà delle precedenti, se non fosse suscettibile a variar letto, a non aver vegetazioni, fermentazioni e putrefazioni di sostanze che vi si posson mescere. 3.° che l' acqua de' pozzi è men buona delle precedenti perchè va sempre pregna di materiali salini, non che di altra natura e più di tutto se sono vicini a paludi, stagni, cloache, laghi etc.; e perchè subisce alterazioni non avendo ventilazione. A questo proposito racconta il *Valeriola* che in Padova si manifestò una epidemia pestilenziale all' aprirsi di un pozzo; *Galerio* riferisce che all'apertura di una cisterna restarono morti moltissimi individui ch' eran presenti, e nel 1641 in Lora nell' Andalusia morirono tre uomini ed un cane calati in un pozzo antecedentemente chiuso, etc.. 4.° che l' acqua di fontana vale quanto quelle di fiume e di pozzo, e che può restar contaminata da tossici in caso scorra per canali di metalli venefici. 5.° che l' acqua di lago e di palus

de per i materiali di cui van pregne riescuno sempre nocive. 6.° che quella di mare, e le minerali pei sali ed altri principj che contengono sono disadatte a bevanda; 7.° in ultimo che di esse si può fare uso portandovi un depuramento.

§.109. *Mezzi per depurar l'acqua.* I mezzi adoperati per depurar l'acqua variamente coinquinata di diversi materiali sono la *bollizione*, la *distillazione*, la *feltrazione*, il *riposo*, il *gelamento*: la *putrefazione*?

a) *Bollizione*. Con la bollizione, operazione conosciutissima, dalle acque si fan perdere certi principj volatili e se ne fan depositare altri. — L'operazione debbe esser terminata quando l'acqua si crede già depurata: allora si prenda la chiara e si lasci il resto del deposito. È però l'operazione la men buona delle restanti, checchè ne abbiano detto a pro gli antichi Greci, Romani, e Persiani.

b) *Distillazione*. La distillazione si ha nella condensata vaporizzazione de' liquidi in bollimento, si può ottenere tanto in lambicchi di rame quanto di vetro argilla etc. L'acqua che si ottiene dalla distillazione è la più pura di tutte, potendosi ancora aver purissima in caso si coobi. Con tal solo mezzo si può avere da quella di mare, e da altre con minerali grevi ottima acqua potabile.

c) *Feltrazione*. Dopo la distillazione il feltramento è il miglior processo per depurar l'acqua, ed è stato forse il primo adoperato all'oggetto. Sono feltri da potersi porre in uso e con successo quello di *arena semplice*, e *com-*

posto: consiste il primo nel porre in basso di un grosso recipiente bucherato nel fondo una certa quantità di sabbia indi sopraversarvi l' acqua, quella che sorte è già purificata. Conviene però badare a spesso pulire l' arena sì per non chiudere gl' interstizj, come per non farvi albergare impurità che vi potrebbero arrecare alterazioni putreffattive. Il sig. *Ami* per avere l' acqua più pura, la fa passare successivamente dall' arena per due altri strati di spugne strettamente compresse. — Il sig. *Justi* per purificare l' acqua de' stagni ha escogitato il seguente mezzo. Si parte dallo scavare in vicinanza dello stagno una fossa il fondo della quale sia uno o due braccia al di sotto del letto dove dimora l'acqua, e si assicurano le parieti del cavo con pietre o grosse tavole: indi si fa tra la fossa e lo stagno una seconda fossa larga cinque in sei braccia la quale debbe venir ricempita di sabbia pura ed assicurata da argini di forti pali o di altro mezzo. Ciò eseguito per legge idraulica l' acqua dello stagno penetra nella seconda fossa dove depone nell' arena tutte le sostanze eterogenee, indi passa pura nella terza dalla quale si può raccorre ed usare. — In vece di sabbia possono adoperarsi carbone, pietre porose, sassolini etc., in tutti i casi non si mancherà mai di avere una buona acqua. Fia pregio dell' opera riportare in tal sito la costruzione de' pozzi di Venezia, e quella di molte conserve delle nostre Puglie potendo servir di norma a chi volesse profittarne.

In Venezia l' interno superiore delle cisterne è costruito di mattoni suscettibili a far passare a traverso di loro dell' acqua, a questi

immediatamente in tutto il di loro circuito esteriore segue un grosso e profondo strato di purissima sabbia che dagli abitanti di quel paese si dice *spugna*, a questa in ultimo è intorno messo una spezie di muro di buona argilla. Dopo tale apparecchio si fa cadere l'acqua piovana col mezzo di diverse doccie sullo strato arenoso, e quando manca vi si versa quella de' fiumi che a bella posta vi viene condotta. Caduta l'acqua poco dopo si osserva purificata nel fondo della cisterna. — Le conserve delle nostre puglie si costruiscono sempre accanto di grandi ripostigli di acqua piovana. Consistono in una cisterna la quale ha un muro de' suoi lati di pietra porosa il quale contemporaneamente fa da muro del recipiente. L' acqua si fa cadere nei primi donde poscia mano mano passa nella conserva a traverso del muro divisore.

Si può parimente depurar l'acqua col *feltro di panno*. Si otterrà purificata se si gitti in un sacco di lana o di panno fitto, e poscia si raccolga quella che ne percola.

d) Il *riposo* depura l' acqua dalle parti grevi che in essa vi possono essere sospese.

e) Gelandosi l'acqua, nella parte gelata si può avere la parte più pura.

f) *Tode* crede che la *putrefazione* che avviene nell' acqua dopo qualche tempo vi porti un depuramento.

§. 110. *Mezzi per conservar l' acqua*. L' acqua si conserverà bene 1.° costruendo i ripostigli in siti piuttosto freschi, ed al dir d' *Ippocrate* verso oriente, 2.° tenendola in luoghi che non possono nè ricevere nè dare alte-

razioni con le masse componenti il di loro insieme, ed in vece sarebbe ottimo averne di quei che contribuiscono alla bontà come sono le fabbriche di mattone con gl' intonachi di calce o di carbone, 3.° di non introdurvi acqua con materiali suscettibili di corruzione, come sono più di tutto le sostanze animali e vegetabili, 4.° di fare stare sempre ventilati i ripostigli; 5.° di estrarla senza portarvi intorbidamento in caso vi sia fondaccio.

§. 111. *Precetti per ben usare dell' acqua*. Dovendosi introdur bevanda per soddisfare la sete od altri bisogni (§. 106), ne nasce che allora conviene che si beva quando dalla sete si è invitato. Nè per usarne prescriviamo tempo o quantità, credendo precetto di natura da non dovervisi replicare, che *si deve bere quando si ha sete, e tanto sino a che non si sodisfi tal sensazione*; non dovendosi dare ascolto a qualunque altro siasi pensare, essendo l' acqua una panacea generale per la buona salute e per tutt' i mali (§. 107). Sorta quindi dall' errore chi diversamente si avvisa.

§. 112. *Bevande artificiali*. Possono noverarsi fra le bevande artificiali tutti i liquori spiritosi, e qualsivoglia altro liquido saturo di varj principj. Classifichiamo fra le prime il *vino*, la *birra*, il *sidro* e qualunque siasi altro liquore fermentato, col di loro prodotto l' *alcoole*: fra le seconde il *ciccolatte*, le *decozioni di caffè*, di *te* etc.

§. 113. *Vino*. Il vino è un liquore fermentato artificiale che si ricava dalle uve. Si contano dagli odierni analizzatori per parti componenti il vino l' acqua l' alcoole, la parte zuc-

cherina, la colorante, e dal più al meno altri principj acidi, aromatici, salini etc. a norma della diversa purità e natura. Dalla varia proporzione poi degli enunciati principj ne nascono le varietà, e diversità de' vini. Sono caratteri di un buon vino una giusta maturità (cosa che si conosce dall' essere depurato limpido e chiaro, non potendosi precisare epoca attesocchè vi sono vini che abbisognano di più anni, com' era il falerno che da' Romani non si beveva che dopo dieci anni), l' essere sapido avente dello spiritoso-zuccherino fragante, l' essere di facile digestione, e di ristoro, senza attaccare il capo, (. . . . . *fortia*, *formosa*, *fragantia*, *frigida*, *frisca*, S. S.), e secondo il nostro *Vicentini* l' essere bianco crudo e dolce; oltre degli espressati caratteri certuni posseggono altre parti sapide ed aromatiche che vieppiù contribuiscono alla di loro bontà. I caratteri sudetti possono essere naturali, e possono artefarsi. I vini son soggetti ad alterazioni tanto spontanee quanto artificiali: possono inacidire, divenire amari, fatui, ossia sciapiti etc.; possono essere alterati da sostanze le quali mentre conservano o fanno acquistare qualcheduno de' prenomati caratteri nuocciono e là fan da veleni.

§. 114. *Precetti per ben usare del vino*. Il buon vino è un eccellente rimedio in quelle circostanze nelle quali fa bisogno di un attivamento, e più di tutto de' sistemi digestore nervoso e vascolare (*), ma l' uso perenne non

(*) Diceva *Asclepiade* che il buon vino in linea di rimedj è il più bel dono che gli Dei abbiano potuto fare agli uomini.

lo fa riescir male; perciò non dovrebbe bersi che ne' mentovati casi, e più di tutto, ne' climi caldi: quindi chi può passare alla desuetudine farebbe un suo sommo bene, poichè troverebbe una risorsa di più nelle circostanze morbose, avrebbe un bisogno di meno, non sarebbe esposto a restar giornalmente tossicato, ed altra volta ad essere morbosamente dissestato nel fisico e nel morale in caso per poco ne abusi: non potendosi passare alla desuetudine se ne beva del buono con moderazione e dopo il desinare (*parce mero*. S. S.). Ciò posto quanto non ben si avvisarono que' legislatori che ne proibirono e ne limitarono gli usi? Il legislatore de' Locriani *Zeleuco* con legge condannava a morte chi senza ordine del medico bevesse vino. *Platone* nel secondo libro delle leggi ordinò che sino al compimento degli anni 22 la gioventù doveva ignorare il vino, e che in seguito parchissimo ne fosse l' uso. Appo i Maomettani l' uso del vino è vietato. Al dir di *Temple* nessuno Spagnuolo che si fosse una volta ubbricato potea più deporre testimonianza in giudizio, in caso l' eccesso fosse stato provato. Gli *Ebrei* erano è sono regolarissimi nel bere vino, di modochè è impossibile vedere fra di essi un ubbriaco. Gli *Cartaginesi* osservavano senza renitenza lo statuto, che durante gli accampamenti e la magistratura non si potesse bere vino. Le donzelle Romane, quelle di Mileto e le Marsigliesi non dovevano bere che acqua. Quindi con quanta ammirazione non si debbe vedere l' abuso di molti de' popoli viventi? Ben pochi sono i siti ne' quali non si sollennizzi il S. Martino. In

Irlanda si beve il *contestabile*, in Edimburgo il vase di S. *Cecilia* etc. etc. usi che consistono a bere in eccesso (*Franck. Saint-clair* etc.)

§. 115. *Birra*. La birra forse il più antico liquore fermentato, parlandosene di essa sin da' primi tempi degli Egizj, si fa macerando nell' acqua alcuni semi farinosi di varie piante graminacce sinchè cominci la fermentazione, allora si fa cessare togliendo i semi i quali poscia si seccano e si macinano grossolanamente (*malto*), si fanno in seguito bollire e di nuovo fermentare mediante l' aggiunzione della feccia di birra vecchia. Così si apparecchia la birra semplice: vi si soglion però meschiare altrè sostanze aromatiche a titolo di renderla più grata, le quali in vece contribuiscono ad alterarla: quasi tutti i birraj usano i luppoli, ognuno poi vi fa le sue particolari aggiunzioni, donde i varj titoli ed effetti: vi si sogliono mescolare oppio, teste di papaveri, rosmarino selvatico, radice di elleboro bianco, di tabacco, di galanga, bile, nero di fumo, ledo palustre, asaro europeo, giusquiamo nero, salvia sclarea, lolio temulento, grani di paradiso, pepe di spagna, coriandoli, coccole di levante, legno di surinam, sugo di liquiriaia, tabacco in foglia, solfato di ferro e di rame, teriaca, allume, colla di pesce, rum appena fatto etc. — La buona birra è la semplice, la fermentata, la matura, la depurata, la non acida, la scevra da coinquinamenti (*non acidum sapiat cerevisia, sit bene clara, et granis sit cocta bonis satis et veterata*. — S. S.) Quando gode gli enunciati caratteri si può considerare una bevanda a un di

presso come il vino, sebbene meno attiva. È dessa nutriente diuretica e dissetante — Nell'usarla si segua presso a poco il prescritto pel vino, potendosene bere forse di più. — (*De qua potetur, stomacus non inde gravetur.* — S.S.), (*Franck. Remer, etc.*).

§. 116. *Sidro*. Presso talune nazioni si apparecchia il sidro dalla fermentazione delle frutta, il *Kirschen-vasser* da quella delle ciriegie etc. Per questi liquori vale l' avvanzato sul conto del vino.

§. 117. *Alcoole*. L' alcoole detto *arrack* da' Chinesi e dagli Arabi, forse primi ad apparecchiarselo, è un liquore spiritoso che si può estrarre da qualunque de' fermentati, dallo zucchero, dalla melassa, dal riso etc. Si ottiene mercè la distillazione, e si ha puro coobando i primi distillati. Quando è tale ha i seguenti caratteri; limpidissimo, odore particolare aromatico, penetrante, grato, diffusivo, infiammato brucia con fiamma blò senza lasciare residuo, sta all' acqua come 835 a 1000, conserva lo stato liquido a qualunque freddo atmosferico, si unisce all' acqua in ogni proporzione, scioglie molti corpi come resine, balsami, olj aromatici, aromi, sostanze coloranti, gomme resine, il resinoso-estrattivo, l' amaro, l' acre, il narcotico, lo zuccherino, il concino, l' estrattivo, la canfora, gli alcali puri, il fosforo, tutti gli ossici eccetto il settonico, il murio, e l' ossisolforico che lo decompongono etc. (*Brugnatelli*). L' alcoole è il liquore il più eccitante fra tutt' i fermentati, ed eglino più di tutto riescon tali sua mercè; quindi è da noverarsi fra i rimedj

eccitanti, e mai da usarsi per bevanda godendosi buona salute, riescendo sommamente attivo e più di tutto del sistema nervoso, ed addensante de' tessuti mocciosi e della massa sanguigna, donde poscia l' ebbrezza le malatie nervose, le ostruzioni, le alterazioni umorali etc.; e sebbene si creda da molti che allungato con acqua, con giulebbe, o con acidi vada a rendersi meno attivo, purtuttavia non lascia di essere forte a bastanza per riescire nocivo. Per gli usi indicati come rimedio è buono che sia scevro da ogni combinazione nociva di vegetabili o minerali che da' vasi di apparecchio o di riposizione, o di aggiunzione sogliono provenire (*). Si potrà conoscere in parte la bontà dell' alcoole coll' areometro, e con mezzi di analisi come si dirà.

§. 118. È un de' liquori fermentati l' *aceto*, ma fortunatamente di esso se ne usa per condimento; sotto tal titolo Noi lo commendiamo, come ne troviam regolare il parco uso nell' acqua nelle stagioni calde, e quando queste non godono i dovuti caratteri di bontà, (§. 108). I soldati Romani e Cartaginesi lo bevevano nelle acque per meglio dissetarsi, e per preservarsi dall' azione nociva delle stesse quando non le

(*) I chinesi pongono nell' alcoole alcune spezie di polipi detti *Holoturia* per darle molto forte, attesa la causticità di cui son dotati. Nell' annovarese nel distillar l' alcoole si soglion mettere le foglie di *lauroceraso*; e noi siamo stati assicurati che in più siti vi si pongono de' peperoni, del pepe e della calce. Vi si suole porre in altri lo strammonio, il lolium temulentum, etc.

avevan buone. L' aceto però debbe essere purificato, spiritoso, e scevro da combinazioni nocive come sogliono essere il mezzereon, il piretro, il pepe, la senape, i grani di paradiso etc.

§. 119. *Alterazioni ne' liquori fermentati.* I liquori spiritosi oltre al poter essere naturalmente non buoni, possono ricevere alterazioni da'vasi dove si ripongono, dalla maniera come si conservano, dalle sostanze che vi si possono aggiungere, dal tempo. — I vasi possono comunicare odore sapore e materiali da riescire diversamente attivi: molti di legno comunicano le due prime qualità, e tavolta ancora di più; i metallici danno ossidi più o meno nocivi a norma della di loro natura, come sopra di ogn'altro sono sempre velenosi que' di rame e di piombo. Oltra al potersi introdurre diversi corpi nei siti dove si tengono i liquori spiritosi, l' aria soltanto è valevole ad indurvi alterazioni una volta che si tengano mal condizionati; è perciò i migliori sono que' di cristallo, o di vetro, o di argilla inverniciata con intonaco salutare come si dirà (*). Spesso per migliorarne la condizione si aggiungono sostanze alteranti come sono i sali di rame, di piombo, di alluminio, il gas solforoso etc.; alcune parti animali in incipiente putrefazione, parti coloranti, aroma-

(*) Per conservare i vini in simili vasi il ch. *Soemmering* ha osservato che chiudendoli con vescica vaccina senz' altra copertura si perfezionano, questa permettendo la vaporizzazione della sola parte acquosa, cagione di tutte le successive alterazioni.

tiche, amare etc., e ciò o per torvi e soffermarvi la fermentazione acetosa, o per levar qualche ingrato odore e sapore, o per darle altro senso, gusto etc. In ultimo il tempo non lascia di alterarli una volta che la di loro conservazione vada al di là, e non sia buona. Or chi non ravvisa nelle enunciate alterazioni mille sorgenti di dissesti morbosi? È cosa nota (*Patologia*) che i liquori di qualunque natura con ingrati odori e sapori nuocciono allo stomaco ed al sistema nervoso; che gli ossidi di rame, di piombo, di alluminio etc. con usarne ed in forma diluta sono potentissimi veleni; che le sostanze animali in corruzione inducono alterazioni settiche; che le varie amare aromatiche etc. ancorchè innocue a lungo andare non lasciano di recar danni ec. Quindi quanto non si debbe esser guardingo nell' uso de' liquori fermentati! a questo proposito siano utili conoscenze generali su le alterazioni de' liquori spiritosi. 1.° che un liquore fermentato sarà in alterazione quando manca de' dovuti caratteri di bontà. 2.° che sarà naturalmente o artificialmente tale quando o ad arte o senza ciò sarà avvenuto 3.° che le alterazioni potranno esser conosciute o dall' analisi de' sensi, o dalla chimica come si dirà.

§. 120. *Precetti per ben usare de' liquori fermentati*. Sarebbe buono che se ne usi come rimedj; che siano di eccellenti qualità e scevri di alterazioni; che ne sia parca l'amministrazione volendone usare giornalmente, e tanto più quando sono alcoolici, e si è in clima caldo. Più estensione si può portare ne' climi e nelle stagioni fredde, ne' temperamenti languidi, negli stati

ne' quali si abbisogna di attività etc. L' uso più commendevole è dopo il cibo. I migliori son que' di cui se ne conosce la manifatturazione e godono le dovute qualità senza addizione di sorta veruna: non potendone avere di tal natura e nel dubbio di potere essere ingannato si abbia per norma che qualora un liquore non gode i dovuti caratteri è sempre sospetto, ed allora l' unico mezzo è di non usarne, poichè sia qualunque il rettificamento che vi si porti mai può giugnere a godere la necessaria e naturale bontà.

§. 121. *Liquori artificiali non fermentati.* (*acque sature di varj principj*). Una volta che l'acqua si renda satura di una sostanza qualunque e si destini ad uso di bevanda può ricevere il titolo di liquore artificiale non fermentato. Fra i più comuni in uso sono il *cioccolatte* e le decozioni di *caffè*, di *te* etc. Queste ne' bisogni possono essere adoperate come rimedj, e precisamente quando fa d' uopo di portare attività al sistema: han di vantaggio che possono essere usate di mattina a stomaco digiuno, e nuocciono meno de' liquori spiritosi. L'uso però giornaliero ed esteso non può essere che nocivo. Quanto non sarebbero da preferirsi le decozioni di pane, di castagne, di orzo, di vena, etc. in vece delle esotiche?

§. 122. Fia utile prendere in considerazione ne' presenti dettagli il vasellame poichè in esso si può avere cagione di alterazioni ne' cibi e nelle bevande (*mors in olla*); a qual oggetto ripor si debbe sommamente cura ed interesse nella scelta e costruzione di esso. In

generale i vasi metallici, tranne que' di ferro, son tutti sospetti, e sino a che il pubblico non adotti generalmente questi, o que'di argilla verniciata senza piombo, o que' di vetro, o di cristallo senza arsenico, conviene che ben si attenda alla stagnatura, la quale dovrebbe essere scevra da piombo e da arsenico. Quanto non sarebbe utile determinare qual vernice sia la meno nociva, e la meno costosa?

§. 123. *Nozioni generali sulle alterazioni nocive de'cibi, e delle bevande.* Dal fin qui detto risulta che i cibi e le bevande possono essere variamente alterate, e più di tutto dalle addizioni di certe sostanze nocive all' umano organismo; e poichè interessa conoscere per moltiplici ragioni le varie alterazioni, e più di tutto alcune non ravvisabili a prima intuizione, è perciò che alle dottrine avanzate si soggiugne quanto segue:

1.° Qualunque degradazione dalla dovuta bontà di una sostanza nutritizia può dirsi costituire un' alterazione, di essa.

2.° Qualora l' alterazione è chiara a bastanza nella sua natura non fa d' uopo di ricerche, diverso procedimento serbar conviene in circostanze opposte.

3.° Qualunque alterazione che ne'cibi e nelle bevande può aver luogo deriva o dal regno organizzato, o dallo inorganico, o da' luoghi di riposizione, o dall' apparecchio, o dalle addizioni. Le alterazioni sono riconoscibili o dalla esistenza di parti delle stesse sostanze, o da' caratteri comunicati ai corpi ai quali sono state miste, o per mezzo dell' analisi chimica. Le pri-

me nozioni si possono avere nel paragone delle proprietà e caratteri dell'alterante e dell'alterato; per le seconde si richiede l'analisi.

4.° Si avran de' dati che i luoghi di riposizione han portato alterazione ai corpi qualora e questi si osservino non buoni, ed i recipienti di natura nocivi.

5.° Parimente si dirà che l'apparecchio vi ha recato alterazione, quando sia suscettibile a darla, e nelle sostanze vi si ritrovi.

6.° Per le alterazioni de' corpi di origine conosciuta non v'è bisogno di ricerche, non è lo stesso per quelle di ignota: a questo proposito stando a quando l'arte di analizzare insegna le sole nozioni fisico-chimiche possono servire di guida, avvertendo che per quelle provenienti da' minerali ne son più sicuri i dati; e che meno certezza si può avere per quelle del regno organizzato.

7.° Fra le sostanze metalliche suscettibili a dare alterazioni ai cibi ed alle bevande si possono noverare l'*arsenico*, il *mercurio*, il *piombo*, il *rame*, l'*antimonio*, lo *stagno*, l'*alluminio*, l'*argento*, il *sodio*, il *potassio*, il *calcio*, il *silicio* etc. con le diverse di loro combinazioni; come parimente la *creta*, le *ossa calcinate*, la *gomma gotta*, ecc.

8.° Quante volte l'arsenico sotto una forma qualunque (tranne il caso che con arte non si usi come rimedio) venga introdotto nell'animale economia riesce potentissimo veleno. Si potranno riconoscere le preparazioni arsenicali, ottenendosi dell'arsenico nella riduzione; versandovi nelle soluzioni delle sostanze so-

spette il *liquore di Hahnemann* (*) il quale darà un precipitato giallo più o meno ranciato; ponendo una porzione delle sostanze sui carboni roventi, quando si sentirà la graveolenza dell' aglio, e le lamine di rame sopramesse resteranno alterate in nero, o in bianco; unendole col solfato di rame ammoniacale turchino, allorchè si osserverà un bel verde etc.

9.° *Piombo*. Si dirà esservi in qualche cibo o bevanda preparazioni di piombo, qualora si ottenga di questo metallo nella riduzione; quando sulle soluzioni con materiale sospetto versandovi dell' acido solforico allungato nasca un precipitato bianco da formare un solfato di piombo; quando col liquore di *Hahnemann* nasca un precipitato nero; quando col prussiato

---

(*) Il *liquore probatorio di Hahnemann* si prepara prendendo due oncie di calce viva, una di zolfo, e sedici di acqua bollente: si fa svaporare lo insieme a fuoco lento e sempre agitando sino a perfetta siccità. Avuto questo *solfuro* di *calce* si debbe serbare in vase ben chiuso. Se poi a questo solfuro si mescoli altrettanto di acido tartarico, e questo insieme si ponga nella proporzione di uno ad ottanta di peso nell' acqua distillata si agiti per qualche tempo in vase di vetro ben chiuso, e dopo la chiarificazione si decanti il liquore in piccioli vasi, in ciascuno de' quali vi sia stata messa una giusta quantità di altro acido tartarico, questo sarà il liquore in dettaglio, il quale altro non è che acqua carica di acido tartarico e d' idrogeno solforato. Si debbe avere l' attenzione di chiuder bene e subito i vasi dove si ripone.

di potassa ne succeda uno bianco; quando le sostanze hanno del dolce stittico non solito; e finalmente quando col *liquore probatorio* (*) si osservi prima un rosso indi un bruno, e finalmente un nero; sebbene tal precipitato avvenga ancora quando vi sono altri ossidi metallici di stagno, di ferro, di argento, di zinco, di oro ecc.

10.° *Mercurio*. Vi saranno preparazioni mercuriali se nelle riduzioni un tal metallo si rinverrà, e se nelle soluzioni vi nasceranno precipitati; così la potassa precipiterà in giallo canario, il sublimato corrosivo, e l'ammoniaca in bianco, ecc.

11.° *Rame*. Si conoscerà l'esistenza delle preparazioni di rame se nella riduzione se ne deporrà su di una pulita lamina di coltello che vi si immerga; se ponendovi dell'ammoniaca nelle soluzioni sospette nascerà un colore azzurrognolo; se col prussiato di potassa e col fosforo si separerà del rame, ecc.

12.° *Antimonio*. Si dirà esservi preparazioni antimoniali, se nella riduzione si troverà antimonio; se nelle soluzioni sospette il liquore di *Hahnemann* vi farà un precipitato giallo dorato, che sarà il solfo dorato di antimonio ecc.

(*) Il *liquore probatorio* si compone mescolando insieme una oncia di orpimento con due di calce viva ridotte separatamente in sottilissima polvere, le quali si fan bollire per mezza ora in dodici oncie di acqua in matraccio coperto con vescica finamente bucherata. Dopo il raffreddamento si decanta il liquore, e si serba all'uso in vase di vetro.

13.° *Stagno*. Si potrà asserire esservi preparazioni di stagno se se ne rinverrà nella riduzione; se con la potassa vi sarà precipitato bianco; e giallo color di ciccolatte con l'idro-solfati.

14.° *Alluminio*. Vi saranno ne' cibi o nelle bevande preparazioni alluminose se nella riduzione se ne osserveranno; o se ponendo nelle soluzioni potassa carbonata nascerà intorbidamento e precipitazione; se versandovi acetato di barite nascerà un precipitato insolubile negli acidi; e se finalmente su i feltri si vedranno particelle di allume, ecc.

15.° *Argento*. Si potrà dire esservi preparazioni argentee se nella riduzione se ne otterrà; se il sal comune nelle soluzioni delle sostanze in analisi farà precipitati bianchi; gialli il solfato di soda; e rossi il cromato di potassa.

16.° *Sodio*, *Potassio*, *Calcio*, *Stronzio*, *Bario*, *Silicio* etc. Le alterazioni che possono ricevere i cibi e le bevande da simili sostanze non sono così ovvie, è perciò che non vi rincariamo a dirne con particolarità. Ne' varj rincontri poi si potranno marcare le parti terrose le quali precipiteranno nelle soluzioni perchè più grevi, ed allora se ne potrà stabilire l'analisi. — Come parimente si potrà conoscere l'esistenza di certe ceneri qualora sopranuotino, e la carta colorata col tornasole divenga azzurra.

17.° *Creta*. Se vi sarà creta nascerà effervescenza versandovi dell' aceto.

18.° *Ossa calcinate*. Se vi saranno ossa calcinate le sostanze si scioglieranno del tutto nell' acido nitrico.

19.° *Gotta gomma*. Se vi sarà gotta gom-

ma la soluzione alcoolica sarà cambiata dall'ammoniaca.

Per ulteriori nozioni sulle conoscenze e mezzi onde ovviare alle alterazioni delle sostanze nutritizie rimettiamo i nostri legitori ai trattatisti *Wollin*, *Klaproth*, *Bertholet*, *Cadet*, *Baume d' Itrict*, *Lavoisier*, *Leonardi*, *Deyeux*, *Chaptal*, *Rozier*, *Parmantier*, *Werzer*, *Remer*, *Franck*, *Orfila*, *Tenard* ecc.

§. 124. Dopo il fin quì detto sul conto de' cibi e delle bevande si può conchiudere, che la salute sarà conservata sana e longeva quando di essi se ne usi nella dovuta bontà, semplicità, e regolarità.

TITOLO III.

Moto, e quiete.

§. 125. Diciamo *moto*, qualunque azione, che ha luogo nel corpo umano mediata od immodiata che sia. Denominiamo quiete l' inazione. Entrambe possono essere totali, e parziali. Si verserà sul moto dicendo prima dell' interesse che prende nell' esercizio della vita, e quindi della sua influenza sulla salute; poscia esponendo con determinata classificazione le sue varie specie; in ultimo i precetti per ben usarne. Lo stesso metodo si terrà nel dir della quiete.

§. 126. Il moto contribuisce all' attivamento organico, alla crasi umorale, ed al regolare esercizio delle funzioni tutte. La quiete favorisce il rinfranco delle perdite avvenute durante il moto (*Fisiologia*): giovano nella regolarità, ca-

gionano stato morboso nello inverso (*patologia*). Di fatti l'eccessivo moto arreca spossamenti, talvolta rotture, ingrossamenti e dissesti di parti, alterazioni e perdite umorali, donde la coorte de' mali di seguito; la quiete protratta al contrario mena a torpori, ad ingorghi vascolari, ad ingrossamenti, ed a stasi, e collezioni umorali, da cui l'altra non men numerosa classe di morbi.

§. 127. I medici, i filosofi ed i popoli di altre epoche posero maggiore interesse nel moto di quel che lo si pone a giorni presenti; e sebbene talvolta lo avessero protratto al di là del dovere (come *Ippocrate* lo rinfaccia ad *Erodico* suo maestro, il quale soleva prescrivere ad alcuni de' suoi infermi di andare da Selimbre sua patria a Mitilene, sito distante venti miglia, e poscia ritornare senza fare riposo di sorta veruna, o usar mezzo di trasporto), purtuttavia pe' favorevoli risultamenti che quasi sempre ne ritraevano tanto vi rincarirono. — Non fia discaro riportare in tal sito come utile all'argomento quanto *Burette* ragguaglia sul conto de' *Ginnasi* de' Greci, siti sacri a varie specie di moto.

§. 128. I *Ginnasj* de' greci erano composti delle seguenti dodici parti. I. *Cortili esteriori*, in questi vi si raccoglievano i filosofi, gli oratori, i matematici, i medici, ed altri dotti; essi davano in tali siti le di loro lezioni, leggevano le di loro opere, e difendevano i di loro sistemi contro chi tentasse di rovesciarli. II. *Efebio*, era il loco dove si recavano tutti i giovani allo spuntare del giorno onde prima che la gran folla accorresse prendessero lezione ne' diversi esercizi a

cui si dedicavano. III. *Ginnasterio*, era dove i lottatori deponevano i vestiti, e dove tornavano ad indossarli quando la palestra si chiudeva. IV. *Sala di frizioni*. In essa si facevano delle frizioni. V. *Conisterio*, era un luogo dove si passava dopo la frizione per coprirsi di arena o di polvere onde rasciugare l'olio, o 'l sudore. VI. *Palestra*, era il sito della lotta. VII. *Sala di ballo*, era dove si ballava. VIII. *Gran piazza*, era uno spazio che si estendeva tra i cortili esteriori e le muraglie che circondavano tutto l'edifizio. Serviva di passaggio a tutti i siti. IX. *Xisti*, o siano *portici*, erano i luoghi dove si raccoglievano gli atleti nell'inverno, o ne' tempi piovosi. X. *Piazze*, erano larghi coperti di alberi, ad oggetto di poter passeggiare nella bella stagione. XI. *Bagni*, eran destinati a lavarsi e bagnarsi. XII. *Piazza semicircolare* tutta aspersa di arena e guernita di gradini, in essa sedevano gli spettatori. — La direzione degli enunciati stabilimenti era affidata a diversi individui, tra i quali erano più ragguardevoli il *Ginnasta*, e 'l *Pedotriba*; il ginnasta era quasi sempre un medico (come nella palestra di Roma fu *Galeno*) egli dirigeva gli esercizj convenienti all'età, al sesso, al temperamento, all'abito di *corpo* de' giovani ecc.: il *Pedotriba* insegnava i varj esercizj senza verun riguardo. — Ma perchè dirà taluno a tempi presenti più non esistono simili stabilimenti? *Platner* ne attribuisce la caduta agli arabi ed agli monaci; ai primi perchè più confidarono ne' farmaci anzicchè nella ginnastica; ed ai secondi perchè impossibilitati a farli, attesocchè sempre

chiusi fra anguste stanze, e tutti intenti alla traduzione delle opere arabe e galeniche.

129. Partendo dalla idea che qualunque azione che possa aver luogo nel corpo dell' uomo vivente può dirsi *moto* (§. 125), ne deriva, che varie spezie se ne possono avverare. Noi dopo di aver prese in considerazione tutte le principali e possibili, ne abbiamo stabilita una classificazione ad oggetto di facilitarne la intelligenza. Siam partiti dal ripartire tutti i movimenti in due classi generali *mediati* ed *immediati*. Ciascuna delle classi l'abbiam suddivisa in tante specie a norma della di loro natura in *regolari*, o *irregolari*, *generali*, o *parziali* ecc. Il quadro che segue espone in un colpo di occhio lo insieme del piano seguito.

Nuova classificazione de' movimenti che possono aver luogo nel corpo umano vivente (*).

CLASSE I.ª

Movimenti immediati o attivi. — regolari, irregolari, generali, parziali ecc.

SP. 1. *Passeggiata m. i. r. g.*
2. *Caccia m. i. r. g.*
3. *Pesca m. i. r. g.*
4. *Agricoltura m. i. r. g.*
5. *Servizio militare m. i. r. g.*
6. *Giuochi m. i. mis.*
7. *Danze m. i. mis.*
8. *Nuoto m. i. mis.*
9. *Stropiccio m. i. mis.*
10. *Loquela, e canto m. i. p. mis.*
11. *Pensare m. p. mis.*
12. *Arti m. mis.*
13. *Veglia m. i. mis.*
14. *Lotta m. i. g. ir.*
15. *Scherma m. i. ir. g.*
16. *Corsa m. i. ir. g.*

(*) Affinchè appena letta la spezie di un movimento si abbia subito conoscenza delle particolarità che la riguardano, appo ciascuna si son messe alcune lettere iniziali valevoli ad esprimere gli enunciati oggetti. Ecco l' indicazione delle lettere *m.* esprime movimento, *i.* immediato, *r.* regolare, *ir.* irregolare, *g.* generale, *p.* parziale, *me.* *mediato*, *mis.* *misto*, *var.* *vario*.

Classe II.ª

Movimenti mediati, o passivi. — reg. irreg. gen. parz. ecc.

Sp. 1. *Cavalcata m. me. mis.*
2. *Cammino in carozza m. me. mis.*
3. *Corsa sul ghiacchio co'pattini m. me. mis.*
5. *Barca m. me. mis.*
6. *Altalena m. me. r.*
7. *Culla m. me. r.*
8. *Battiture m. me. mis.*
9. *Suono m. mis.*

Si avverta che qualunque movimento mediato od immediato che sia può prendere varie modificazioni.

Classe I.ª Movimenti immediati, regolari etc.

§. 130. *Passeggiata*. Va sotto il titolo di passeggiata il progredimento co' proprj piedi sullo spazio, e con un moto regolare. Affinchè sia utile si faccia in tempo di giorno, in siti aprichi, piani, e salubri, in luoghi sempre nuovi per avere l'attivamento di varj oggetti, ed evitare le monotonie, ed in posizioni di corpo da non soffrire.

§. 131. *Caccia*, è una spezie di passeggiata, qualora però è fatta con le medesime condizioni; la caccia giova di più pel diletto della varietà, e per gl' innocenti piaceri che vi si trovano.

§. 132. *Agricoltura*. Può noverarsi l'agricoltura fra i movimenti regolari e salutari qualora venga esercitata in climi sani, nelle stagioni temperate, con moderate azioni, e con animo tranquillo.

§. 133. *Servizio militare*. Istruendo la sperienza de' secoli che molti nel servizio militare han migliorato nella di loro salute, si può commendare come una salutare ginnastica, e tanto più perchè quasi una regolarità a tutta pruova vien serbata nella classe de' militari. Conviene però osservare che chi vi si dedica debbe avere una suscettibilita a soffrire ciò che nel servizio è prescritto, stare di animo tranquillo, in climi salubri ecc.

§. 134. *Pesca*. La pesca non lascia di essere una buona ginnastica, qualora sia fatta in tempi tranquilli, con azioni moderate, e con la dovuta sicurezza.

§. 135. *Giuochi*. Sotto il nome di giuoco intendiamo qualunque sorta di movimento che si faccia ad oggetto di divertire il morale ed il fisico. I giuochi sono moltiplici presso i varj popoli, e lo possono essere di più, ecco perche di essi non ne diam novero. In generale i giuochi son buoni quando con moderazione mettono in attività il sistema od una parte di esso: riusciranno poi più salutari se si facciano in aria aperta e sempre con animo tranquillo. Sommamente in vece nocivi si rendono que'tali li quali portano uno stato stazionario in aria non rinnovata, una concentrazione di attenzione, ed un bisbiglio di passioni, come sono que' delle carte, de' dati, del rosso e nero ecc.

§. 136. *Danze*. Portano le danze utili attivamenti una volta che sian fatte con regolarità, ed in aria aprica. Tali sono quelle che si fanno con determinato tempo e senza eccesso di movimenti, com' era la *orchestrica* de'greci. Il giovamento delle danze regolari viene ancor favorito dal suono o come si dirà. Se in vece le danze siano tumultuose in siti chiusi, e protratte al di là, com'erano le *palestriche* e *cibistiche* degli stessi popoli, e com'è la maggior parte degli odierni tumultuosi balli, si rendono dannose per l' eccesso del moto, per l' aria malsana che si respira, ed altra volta per diverse ragioni fisiche e morali.

§. 137. *Nuoto*. Il nuotare, qualora è fatto con regolarità, con sicurezza, ed in mare, riesce una delle salutari ginnastiche, oltra i vantaggi della bagnatura (*materia medica*); ben inteso che lo stato corporeo non debbe essere in circostanze da poterne avere disvantaggio. Tale esercizio sarebbe buono che venga appreso ed usato da tutti, e precisamente da chi è addetto al mestiere di mare, e de' popoli che abitano piaggie, sì per l'enunciato oggetto, come per potersi salvare in caso si abbia a cadere nelle acque, come altra volta a poterle attraversare. — Ed eran queste a nostro credere le ragioni perchè appo i Romani era vergognoso il non saper nuotare, passava di fatti per un rimprovero obrobrioso il dire ad alcuno *neque natare*, *neque litteras didicit* : a questo proposito narra *Plutarco*, che *Catone* il Censore aveva imparato suo figlio ad attraversare a nuoto i fiumi, ed i più pericolosi vertici; che *Augusto* si prendeva

gran cura ad imparare egli stesso suo nipote: che *Cesare* per incoraggiare le sue legioni a passare i fiumi vi si gettava il primo. — Parimente *Carlo Magno* era un destro nuotatore, e *Luigi XI* Re di Francia era solito nuotare nella senna con la sua corte ecc.

§. 138. *Stropiccio cutaneo*. Lo stropiccio cutaneo, tranne il caso di poter essere forte da nuocere, è un mezzo salutevolissimo inducente moto nelle parti dove si esegue. Vale più di tutto per l'attivamento della traspirazione. Può supplire altri movimenti in caso che non possano eseguirsi. Può esser fatto a mano asciutta, con spazzuole, con panni di varia natura, a secco, e con sostanze untuose, alcooliche etc., in caso si creda necessario di attivamento con l' azione di qualcheduna di queste.

§. 139. *Loquela, e canto*. Col parlare e col cantare si eseguono movimenti negli organi addetti all'esercizio di tali funzioni, e nelle altre parti per consenso. Quindi col moderato parlare e cantare si può supplire ad una spezie di moto.

§. 140. *Pensare*. Il pensare costituisce un moto più di tutto nella parte addetta all' esercizio fisico di tal funzione. È perciò che molto pensando si resta spossato, e che nella moderazione si è più attivo. Quindi come si dirà nel titolo delle affezioni dello spirito conviene attendere a regolare con prudenza tale funzione.

§. 141. *Arti*. Nelle varie arti del più al meno s' eseguono movimenti. Quelle che ne fan moderati, e generali, e non v'è circostanza che contraria il regolare andamento dell' economia della vita son salutari: lo son meno le poco at-

tive: finalmente sono dannose quelle nelle quali v'è piuttosto stato stazionario, e circostanze poco favorevoli alla vita: di ciò se ne parlerà più diffusamente nella sezione successiva.

§. 142. *Veglia*, Durante la veglia essendo quasi tutte le funzioni *corporee* in attività ne nasce che può esser considerata come una specie di moto. Come si dirà nel titolo successivo, sarà salutare nella giusta durata e con date favorevoli circostanze: nociva nello inverso.

§. 143. *Lotta*. La lotta è un esercizio nel quale fa d'uopo di molto dispendio di forze, e di mosse irregolari. Sebbene avesse formato oggetto di ginnastica di popoli come fra gli altri erano i Greci ed i Romani, e che lo segua a far tuttavia presso altri; pure attesi gl'inconvenienti che suol recare, come sono rotture, estravasi etc., non è il più commendevole per usarne.

§. 144. *Scherma*. La scherma sebbene non dia luogo ad eccesso di moti irregolari, pure pel dispendio di forze, e pe' pericoli da cui suole essere accompagnata, è un esercizio poco salutare.

§. 145. *Corsa*. La corsa è un moto irregolare immediato, sebbene risulti dalla progressione avanzata, per gl' inconvenienti delle cadute, delle distrazioni, lussazioni, rotture ecc. è un esercizio da non seguirsi.

Classe II.ª *Movimenti mediati*.

§. 146. *Cavalcata*. Fra i movimenti mediati il più utile è la cavalcata, qualora però

venga fatta non tumultuosamente, in caso contrario agita irregolarmente il sistema. Diceva a questo proposito il celebre *Mercuriale* (L. 6. C. 8.) *est autem non parva differentia an equus lente celeriterve gradiatur, an succusset, an asturco sit, an totularius, an currat.*

§. 147. *Carrozza*. La progressione in carrozza è un moto mediato mite, qualora però sia sopra molle elastiche, e si vada sopra strade piane, ed a lento passo: riesce irregolare a circostanze opposte. È buono usar della carozza quando moto immediato non si può eseguire.

§. 148. *Corsa sul ghiaccio co' pattini*. È l' enunciato un moto che in certi siti si fa per divertimento. Il ch. *G. Franck* ne parla a favore, noi per altro non oseremmo commendarlo e per la temperatura in mezzo alla quale si debbe stare, e pe' pericoli di cui non suole essere immune.

§. 149. *Barca*. La barca a mar placido dà moto regolare; poco buono riesce nel turbato. Se si muovano i remi si avrà doppia azione, mediata ed immediata. Può essere utile in più rincontri (*clinica*).

§. 150. *Altalena*. Coll' altalena si ha moto mediato, essendosi sospeso in aria seduto o sdrajato, quando è fatto regolarmente e con indicazione ragionata non lascia di giovare. Si crede che *Asclepiade* ne fosse stato l' autore, avendola chiamata *letto pensile*.

§. 151. *Culla*. La culla è una spezie di altalena, e vale come la prima quando non si può avere altra sorta di moto, e più di tutto nelle affezioni dolorose. L' una e l' altra però

non è ben fatto protrarle a lungo pe' danni che ne riceve il sistema nervoso, e più di tutto se vi si dimora sdrajato.

§.152. *Battiture.* Le battiture portano sempre una spezie di moto più o meno forte e sensibile a norma della di loro natura. Le leggiere e con corpi molli possono somigliarsi allo strofinio: le più forti si rendono dispiacevoli e nocive.

§. 153. *Suono.* Il suono attiva il sistema sia che semplicemente si senta, sia che si esegua. Nel primo caso l'azione è tutta nervosa, e 'l resto della economia ne risente le impronte per consenso, e con quella forza che le vien data: nel secondo riceve un' altro attivamento dalle parti in funzione. Quanto non ha giovato, e non può giovare il suono al sistema nervoso?

§. 154. *Precetti generali per ben usare del moto.* Il moto regolare immediato è sempre a tutte le altre spezie preferibile, segue il regolare mediato. Quando entrambe le spezie vanno scevre da pericoli sono buone; come parimente riescono tali quando circostanze favorevoli vi contribuiscono, come sono l' amenità de' siti, l' ilarità dello spirito etc. Ai temperamenti *attivi* giovano i movimenti regolari; i *robusti* soffrono volentieri i più forti; i *languidi* son nociuti dal molto; i *salutari* si adattano a tutte le spezie nella regolarità. A proposito de' temperamenti *Linche* diceva che i *magri* debbono far moto ad *ruborem*, ed i *pingui* ad *sudorem*. Nelle stagioni calde i movimenti molti poco giovano, nelle fredde possono essere più utili. Lo stesso può dirsi relativamente ai climi. La vecchiaja

abbisogna di più quiete relativamente alle altre età nelle quali il moto è sempre giovevole. È più salutare il moto fatto in aria aperta e serena, che in chiusa, o turbata. In tempo d'inverno son buone le passeggiate a mezzogiorno, in està di mattina e di sera: nella passeggiata si cerchi andarvi con regolare portamento per abituarsi a ben camminare. Di mattina si vada verso i monti, di sera verso i fonti (*mane igitur montes, sub serum inquirito fontes*. S. S.). Per avvezzarsi al moto si cominci dal poco. Dopo pranzo giova la quiete. In seguito dell'agitazione del moto è pericoloso esporsi a correnti di aria, o sedersi in siti freddi o umidi, bere agghiacciato etc., in vece è conducente cambiarsi le biancherie, farsi delle stropicciagioni etc. La bagnatura calda ristora dalla stanchezza. Non si prenda cibo immediatamente dopo l'eccessivo moto, in vece si facci passar qualche tempo. — Nuoce il moto agl' infermi con malatie acute, tranne qualcheduna: al contrario giova ai cronici, ed agli convalescenti. In generale co' movimenti regolari, e con analoga maniera di vivere si può acquistare permanente e longeva salute. (Diceva il ch. *Celso ignavia corpus hebetat, labor firmat; illa maturam senectutem, hic longam adolescentiam reddit*. Ed Orbasio *omnis gestatio potest habitum corporis firmare, et actiones stupidas excitare*.

§. 155. *Quiete*. La quiete corrispondendo a negazione di moto, può essere *generale* e *parziale*, *regolare* ed *irregolare*. La quiete si rende necessaria all' esercizio della vita pel risarcimento delle perdite che avvengono durante il

moto (Fisiologia). Nella regolare alternativa col moto contribuisce alla vita sana e longeva, al contrario se è eccessiva si rende nociva; è allora che la circolazione e quindi tutte le funzioni che con questa han rapporto si osservan rallentate, come più di tutto avviene nelle secrezioni; ed è allora che han luogo le pletore generali e parziali del sistema, de' visceri addominali, etc., gl' indebolimenti de' solidi, le collezioni adipose ed umorali, il torpore etc.

§. 156. Sebbene classificazione pare che non possa darsi alle varie spezie di quiete, pure si può osservare quiete parziale e generale ed in diverse maniere eseguita; sono di fatti spezie di quiete il *sedere*, lo stare *dritto*, *genuflesso*, *sdrajato*. E siccome non tutte l' enunciate spezie menano del pari allo stesso effetto, è perciò che conviene attendere alla scelta della più confacente ai bisogni. Il *sedere* è una spezie di quiete, che può essere più e meno commoda: il sedere poggiando con le spalle e braccia, e talvolta col capo, tenendo i piedi ben adagiati sopra soffice appoggio è il più commodo, si può stare in tal modo, nelle così dette *sedie poltrone*; non così riesce se si sia dritto sul tronco e si graviti soltanto sulle natiche. — Lo star genuflesso poggiando sulle sole ginocchia il resto delle parti superiori è la stazione la più incommoda: lo è meno se si adagino gli arti superiori sopra qualche poggiuòlo, o si sieda con le coscie e natiche sulle gambe e piedi. Nella stazione sdrajata si può trovare la più commoda quiete, ben inteso che la supina e le laterali sono le migliori, quella sul petto è la meno, su ciò

però v'è a consultare le abitudini, e le varie circostanze individuali. — Sebbene poco risarcimento di forze par che portino le parti inattive nella stazione, purtuttavia non lasciano di esserne giovate talune.

§.157. Dopo il detto in tal titolo si può conchiudere che il moto e la quiete, mezzi necessarj all'esercizio e mantenimento della vita, contribuiranno a serbarla sana e longeva una volta che siano in regolare alternativa, e senza che nè l'uno, nè l'altra eccedano di troppo.

TITOLO IV.

Sonno, e Veglia.

§. 158. Si dice *sonno* (*) quello stato del sistema nel quale quasi tutti i sensi e movimenti esterni restan sospesi. Vale l'opposto la *veglia*. Si verserà su tale titolo dicendo prima dell'interesse che il sonno e la veglia prendono sulla salute, poscia di ciò che conviene fare per ben regolarne gli andamenti.

Sonno. Il sonno influisce a mantener la vita, e quindi la buona salute, come la quiete (§.155), aggiugnendovi di più il riposo degli organi sensorj. Dal sonno vengono favorite l'assimilazione, la nutrizione, e la traspirazione con le restanti secrezioni; si equilibra la circolazio-

(*) Alcuni antichi fecero del sonno una Deità. Dissero essere il sonno figlio dell'Erebo e della notte, e fratello della morte, e della speranza: gli dettero per figli Morfeo Fetobore e Fantasia (*Mitologia*).

ne, si riparano le perdite avvenute durante la veglia, si curano molte malatie (*), si restituisce energia al pensare, si calmano le passioni etc. Il sonno riesce di giovamento quando è fatto a tempo opportuno, in siti proprj, di giusta durata, non interrotto: in circostanze opposte le funzioni enunciate ricevono dissesti e dal più al meno a norma che si è lunge dalla regolarità.

§. 159. L' *epoca* destinata dalla natura pel sonno è quella del silenzio della notte, come per la veglia è il giorno, di modochè pare che l' apparire e 'l tramontare dell' astro luminoso ne debbe regolare gli andamenti, non diversamente di quel che ha luogo in tutto il resto degli esseri organizzati viventi. Tal tempo è proprio pel sonno poichè si è lunge da' rumori e dallo eccitamento della luce. Dormir di giorno e vegliar di notte è lo stesso che invertire gli ordini della natura, donde l' origine della numerosa coorte de' mali che seguono a tale abuso; in tempo di notte si ha aria umida e fredda, con meno ossigeno e più gas acido carbonico; si è mancante della benefica influenza della luce etc., ed ecco delle potentissime cagioni per vedere gitti umorali in cavità interne, clorosi, spossamenti, ed una numerosa classe di mali nervosi. Quanto su tale oggetto non abusa l' attuale Società? e quanto non si moltiplicano i mali con

(*) Si badi però a distinguere il sonno sano dal morboso; essendo quest' ultimo spesso letale, come fra gli altri lo ha osservato *Odier* in tre individue, due delle quali morirono da una febbre che le menava ad invincibile sonno.

altre circostanze, che contrarie sempre alla salute, l'accompagnano? Nelle ore pomeridiane delle stagioni calde, ed alle persone fatigate, deboli, ed agitate da forti passioni si può permettere senza tema di nuocere qualche riposo, essendo sempre nocivo il sonno di giorno, (*somnum fuge meridianum*. S. S.)

§. 160. Dall' esposto risulta che la *durata* del sonno dovrebbe essere lunghesso le ore nelle quali non v'è sole sull' orizzonte. Fia utile intanto osservare che attesocchè l' uomo dell' attual Società abbisogna di più tempo pel disimpegno di affari, e per colui che vive nell' ozio sulle fatiche altrui non fa d' uopo di molto riposo, ecco come si è cercato dare una norma sulla durata del sonno. In generale si è detto ch'è sufficiente dormire il terzo della giornata, ma che poi si può minorare e crescere a norma de' bisogni: così le prime e le ultime età, i convalescenti, i deboli, i laboriosi ecc. abbisognano di più sonno di altri messi a pari circostanze. Ecco al proposito una bella divisione delle ore del giorno.

Sex horas somno, totidem da rebus agendis,
Bis quinas studium, postulat esca duas.

§. 161. Quando un individuo ha sonno dorme in qualunque sito, e si è arrivato a prender sonno sotto le battiture, od in mezzo ai più forti rumori. Il sito poi regolare del sonno debbe essere piuttosto cautelato dall'umidità e dal freddo ambiente, lunge da' frastuoni, privo di luce, avente aria sufficiente alla respirazione, e scevra da qualunque siasi coinquinamento. Al

sito debbono accoppiarsi circostanze favorevoli come sono un soffice letto, avente sempre un rialto dove corrisponde il capo, una temperatura amica, qualche dolce mormorio (*), un certo defatigamento (**), uno stomaco poco gravato, una pacatezza nelle facoltà intellettuali. Menano parimente al sonno, ma con diverso successo, i così detti narcotici, la sospensione de' consueti stimoli, l'ozio, la lettura tediosa, le penose e lunghe sofferenze, le smodate perdite di sangue, e di sperma, l'obesità, la gravidanza, l'aria impregnata di gas idrogeno, i letti pensili di *Asclepiade*, le culle, le bagnature etc. Non fia discaro riportare in tal sito la descrizione ingegnosa del soggiorno del sonno fatta da *Ovidio*.

Est prope cimmerios longo spelunca recessu
Mons cavus, ignavi domus, et penetralia somni;
Quo nunquam radiis oriens, mediusve, cadensve

(*) Tale sarebbe quello di un ruscelletto che placidamente rompe le sue acque in piccioli sassi; il cadere lento dell'acqua in un bacino; l'arpa di Eolo di cui parla *Odier* nel XXXI. vol. della bibl. Brittannica per le scienze ed arti p. 254.; un dolce racconto, come facean molti Signori di Scozia i quali si facean conciliare il sonno da' versi da' Bardi (*poeti ambulanti*); il suono armonioso e dolce ma che giunga lento etc.

(**) Catone uticense dopo cena cercava conciliare il sonno con una passeggiata.

Phebus adire potest; nebulae caligine mixtae
Exalantur humo, dubiaeque crepuscula lucis.
Non vigil ales ibi cristati cantibus oris
Evocat auroram, nec voce silentia rumpunt
Sollicitive canes, canibus sagacior anser.
Tuta quies habitat; *saxo tamen exit ab imo*
Rivus aquae lethes, per quem cum murmure labens
Invitat somnos crepitantibus unda lapillis.
Ante fores antri fecunda papavera florent,
Innumeraeque haerbae; quartum de lacte soporem.
Nox legit et spargit per opacas humida terras . . . .
Ast medio thorus est ebeno sublimis in antro
Plumeus, unicolor, pullo velamine tectus,
Quo cubat ipse Deus membris languore solutis.
Hic circa passim varias imitantia formas
Somnia vana jacent, totidem quot messis aristas . . . .

§. 162. È buono che il sonno non sia interrotto da veglie, o da sogni, poichè il sensorio che più di tutto durante il sonno debbe sta-

re in riposo non lo è, donde i dissesti di esso; a qual oggetto si curi far sempre sonno seguito e placido. Per ovviare ai disturbi de' sogni si cerchi aver sempre una tranquillità di animo; e quando si soffre sonniloquio, o sonnambolismo se ne procuri la guarigione, dovendosi considerare come malatie (*med. prat.*).

§. 163. *Veglia.* Può dirsi veglia quello stato del corpo nel quale quasi tutte le parti addette all' esercizio delle sensazioni, de' movimenti ecc. sono in azione o nella suscettibilità di esserlo. Sul conto della veglia conviene badare al tempo, alla durata, ed al come debbe andar fatta, poichè diversamente moltiplici disordini vanno a nascere una volta che irregolare divenga. La veglia protratta porta tensione, defatigamento di solidi, e dissipamento di umori, da cui lo spossamento e demagramento successivi, e più di tutto mille disordini nervosi han luogo se sia di notte: con felice espressione dir si potrebbe che le *veglie prolungate mentre favoriscono il godimento della vita ne abbreviano la carriera, e ne rendono malsana la esistenza*: riesce poi doppiamente nociva la veglia in travaglio, e più di tutto se l' attività ha luogo nel sistema nervoso.

§. 164. Dall' avvanzato sul tempo del sonno (§. 159) si può rilevare che l' altro per la veglia è quello mentre vi è luce sull' orizzonte, non esclusi i crepuscoli serotini e matutini. — La durata debbe essere da' due terzi ai tre quarti della giornata. — È buono che sia alternata con la quiete e moto, che si goda delle bellezze della natura, e che non mai si pas s

in ozio. Quando dal sonno si va alla veglia si curi passarvisi gradatamente per non incorrere a disturbi nervosi.

§. 165. Dopo l'espresso si può conchiudere il titolo dicendo, che il sonno e la veglia contribuiranno alla vita sana e longeva, quando saran fatti regolarmente ed *in tempo e circostanze* adatte.

TITOLO V.

Ritenzioni, escrezioni, ed escreto-ritenzioni.

§. 166. Col titolo di ritenzioni, escrezioni, ed escreto-ritenzioni intendiamo dire di quella triplice classe di umori *recrementizj*, *escrementizj*, ed *escreto-recrementizj* cui mercè de' materiali che s'introducono nel corpo per la nutrizione, e per tutte le vie dell'assorbimento altri ne vengon ritenuti, altri cacciati, ed altri in parte cacciati ed in parte ritenuti. Quindi nel presente titolo si verserà sul come ben regolare gli andamenti degli stessi. Eglino interessano l'economia della vita, e quindi la buona salute, perchè con la di loro opera, quando è in regola, si serba l'equilibrio del *sistema*; come al contrario ne resta in più guise dissestato una volta che divenga irregolare. (*Fisiologia*, *Patologia*). Quanto segue vale all'oggetto.

§. 167. I.° *Umori recrementizj*. Uniformemente alla nostra classificazione fisiologica noveriamo fra gli umori recrementizj il *sangue*, il *chilo*, la *linfa*, la *sinovia*, il *siero* delle

membrane sierose, gli *umori degli occhi*, l'*adipe*.

§. 168. *Sangue*. Il sangue può dirsi il primo fra i materiali recrementizj, dopo la linfa e 'l chilo, per la grande influenza che esercita sull' intero sistema *organico*; da esso difatti dipendono le secrezioni tutte, la nutrizione, l'eccitamento, la vita; ed al suo perfezionamento e lavorìo tende tutta quasi la maggior parte delle funzioni della esistenza individuale (*Fisiologia*). L' economia quindi del sangue è mestieri che sia regolata con massima attenzione: se scarseggia si procuri accrescerlo con la buona nutrizione: s' è in più si scemi l' uso de' fattori di esso, e ne' bisogni si cacci (*): s' è alterato si rassetti con corrispondenti cure. Derogando ai tre mentovati precetti non può farsi a meno di non incorrere a malsanìe.

§. 169. *Chilo*. Il chilo è un materiale del tutto recrementizio, ed è il primo fattore del sangue, interessa quindi l'animale economia quanto il sangue medesimo. Intanto siccome risulta dal travaglio digestivo de' cibi, ne nasce che per ben regolarne gli andamenti conviene badare all' uso

(*) Si badi che i bisogni che richieggono il salasso debbono essere reali e non immaginarj, come in altra epoca si credeva in tutti i mali necessario; anzi si adoperava *ad precautionem*, donde l' uso di salassarsi in tutte le stagioni, in date epoche della vita etc.; abuso che il ch. *Celso* sin da' suoi giorni marcò quando disse *sanguinem mittere novum non est, sed in omni pene morbo mittere novum certe est*. Ma quali sono i dati per usarlo? Si consulti su ciò la patologia generale e di dettaglio.

degli stessi. Qualora il chilo mancasse, e non vi è alterazione morbosa, si compensi con buona nutrizione: se nella massa umorale si osservi pletora si scarseggi; ed in ultimo se alterazione, si cerchi correggerla con adattati mezzi terapeutici, e farmaceutici.

§. 170. *Linfa*. La linfa prodotto dello insieme degli assorbimenti cutanei ed interstiziali (*Fisiologia*) debbe noverarsi fra i materiali recrementizj, e dopo il chilo contribuisce alla crasi sanguigna. La medesima al pari del chilo può scarseggiare, essere in più, ed alterata, e parimente conviene regolarsi come si è detto per lo stesso.

§. 171. *Sinovia*. La sinovia liquore untuoso che si segrega nelle membrane de' cavi articolari dello stesso nome, e che vale a lubricarne la superficie, è un degli umori recrementizj il quale sarà ben regolato usando convenientemente delle cose necessarie alla vita. Più di tutto poi si raccomanda la regolarità nel moto, e 'l rassetto nelle alterazioni morbose, le quali al pari de' tre prenomati umori possono nella sinovia avverarsi.

§. 172. *Siero*. Il prodotto delle membrane sierose debbe essere del tutto recrementizio nello stato sano. Sarà ben regolato usando convenientemente delle cose necessarie alla vita, e proccurandone la cura quando è morboso.

§. 173. Può dirsi lo stesso sul conto degli umori degli occhi.

§. 174. *Adipe*. L'adipe umore che parte da una secrezione che si raccoglie ne' cavi della cellulare, è destinato dalla natura a riempire vuo-

ti e cavi, a favorire certi movimenti e stati, a rimpiazzar nutrizione ne' bisogni, ad isolar calorico ecc. può osservarsi cresciuto, decresciuto; ed alterato. Cresce con la nutrizione molta e succolenta, col riposo, sotto una influenza di aggradevoli affezioni di spirito e competenti forze gastriche, e quando esito troppo di materiali nutritizj non v' è. Decresce sotto una diversa maniera di vivere. È suscettibile di ricevere alterazioni varie. Ne sarà ben regolato l' uso quando non si fa essere nè eccedente nè mancante, e quando si facci la dovuta medicatura ne' dissesti morbosi.

§. 175. II.° *Umori escrementizj*. Contiamo secondo le nostre vedute fisiologiche fra gli umori escrementizj le *traspirazioni cutanea e polmonale*, il *materiale delle feccie*, le *orine*, il *cerume degli orecchi*, l' *umor de' lochj*.

§. 176. *Traspirazione cutanea*. Tra l'escrezioni che molto interessano l' economia della salute vi contribuisce in massima parte la traspirazione cutanea, e basta ricordare che sua mercè resta eliminata buona porzione del di più e nocivo per averne ripruova (*Fisiologia*). Per ben regolarne gli andamenti conviene badare allo *stato individuale*, alla *temperatura atmosferica*, ed alla *condizione aerea*.

a) Sarà ben regolata la traspirazione dalla parte dello stato individuale 1.° ben usando delle cose necessarie alla vita, 2.° tenendo monda la cute da ciò che può contrariare l' esercizio delle sue funzioni; è perciò che sotto tal riguardo giovano i bagni caldi e freddi a norma delle stagioni, una biancheria sempre netta con

le restanti coverture, e l' abitazione da favorire gli stessi oggetti.

b) La traspirazione cutanea resta vantaggiata da una amica temperatura atmosferica, una più calda l' eccita di molto, come al contrario la troppa fredda coll' ammiserire il vitalismo cutaneo contraria a' fattori il libero esercizio.

Perciò si cerchi una temperatura sempre amica; quando è calda si stia in siti freschi, si vada poco coperto, e si usi di un regime leggiero; quando è fredda si cerchino siti temperati, si vada ben coperto, e si adoperi governo più eccitante. A questo proposito giova avvertire di guardarsi dalle repentine alternative di temperatura cercando di passarvisi sempre gradatamente: come del pari si avvisa a non esporsi ad ambiente freddo, o ad aria in moto mentre si è riscaldato, ed in quiete. Deriva parimente dall' enunciato che conviene cambiar vestiti a norma delle stagioni, e modificare uniformemente tutto il resto che vi può avere rapporto.

c) Molti precetti si son dettati per regolare le coverture: si è detto ch' elleno ancorchè troppe mai sono nocive, *caldo di panno non fa danno*, si è soggiunto che va bene che si vada caldo ma conviene sempre andar leggiero: altri ha inculcato che ai primi freddi s' indossino buone coverture, e non si sia frettoloso a lasciarle al venir del caldo: altri ha rincarito a tener cautelati più di ogn' altro certi siti come sono il capo, il tronco, i piedi ecc. Ma quanto valgono simili precetti rimpetto alla giornaliera osservazione, *che chi si abitua a soffri-*

re le alternative atmosferiche non abbisogna di tanto?

d) La condizione aerea esercita azione sulla funzione cutanea con la sua secchezza, umidità, elettricità, peso, luce, coinquinamenti ecc. La molta umidità la contraria, come lo stesso fanno il molto peso, i varj coinquinamenti, e la mancanza di luce; a qual oggetto si cerchi essere in aria non molto umida, non imbrattata di materiali eterogenei, non troppo pesante, elettrica, luminosa, ventilata ecc. (§. 60, *e* 71).

e) Di moltiplice genia di mali poi può esser sorgente una volta che alterata divenga (59), a qual oggetto si attenda a tosto rassettarla come si è avvanzato (§. 62 *e seg.*).

§. 177. *Traspirazione polmonale.* La traspirazione polmonale non è molto dissimile dalla cutanea per l' interesse usi e natura. Sarà ben conservata 1.° nella regolarità della cutanea, 2.° guardandosi dall' ispirare aria o al sommo calda o fredda senza previa gradazione, 3.° tenendosi lontano da quelli agenti che possono spiegarvi azione nociva.

§. 178. *Materiale feccioso.* Intendiamo sotto del nome di materiale *feccioso* ciò che dopo le digestioni regolari si escrea dal retto: la sua sortita è necessaria all' animale economia poichè vi resta eliminato ciò che non è assimilabile, e che altronde sarebbe nocivo nella successiva dimora. Sogliono di fatti da ciò nascere le diverse malatie gastriche locali, generali, e di consenso (*Patologia*). Con le feccie, e senza restano talvolta eliminate delle *arie intestinali* ed altri

materiali critici. In simili circostanze per la conservazione della buona salute il materiale conviene che si escrei. Ecco de' precetti per ben regolarne gli andamenti. Sia primo ed utile avviso di mai trattenere a scaricarsene (a meno che dall'arte per eccesso di esiti, o per altro diversamente non si creda): nell'esecuzione dell'atto escretorio non si adoperi molta forza per non incorrere a rotture (*nec comprime fortiter anum* S. S.). Quando si è stitico si cerchi lubricare il ventre con sostanze succolenti e lassative come sono i brodi, i varj vegetabili zuccherini, mucillagginosi, ed oleosi, si faccia del moto, si vesta più leggiero ecc. Al contrario nella lubricità si adoperi cibo asciutto, bevanda non molta, buone coverture ecc. È utile abituarsi a scaricar di ventre in determinate ore, e 'l chiaro *Plenk* lo inculca come un oggetto di educazione: si credono commendevoli le successive al pasto, a motivo di dar luogo a miglior digestione ai nuovi cibi. Quando l'escreato ventrale avrà i dovuti caratteri (*Fisiologia*) sarà regolare e sempre favorevole alla salute.

§. 179. *Orine*. L'escreato orinario non interessa meno del feccioso, sua mercè dal corpo resta eliminato ciocchè assorbito non si è potuto assimilare, e buona parte de' materiali che l'uso della vita logora: è perciò che una volta che non si cacci, o che sia di più, o che irregolare nella crasi divenga, dissesti sommi succedono tanto locali come generali, anzi si soggiugne esser eglino i più precoci ad osservarsi (*Patologia*), tali sono le distrazioni, i

depositi, le alterazioni settiche, le tabescenze ecc. Quindi sia primo precetto di non trattenere l'escrezione orinaria quando si è chiamato ad eseguirla (*ne mictum retine* S. S.); quando è acre usare bevande e cibi rinfrescanti; quando scarseggia rimpetto agl'introiti prendere sostanze atte a promuoverla: nel di più, come avviene nel diabete, adoperare la conveniente cura (*Med. pratica*); come lo stesso fare in caso di altri guasti. Fia utile in tal sito prevenire che l'orina è variabile, e per poterne giudicare conviene conoscerla con le alterazioni di cui è suscettibile; non rechi perciò meraviglia se qualche medico dalla sola ispezione orinaria sia giunto a diagnosticare, pronosticare, e curare lo stato morboso. Per ora si enuncia sommariamente (rimettendoci ai dettagli fisiologici e patologici pel resto), che le orine dopo la bevanda sono aquee; quelle dopo il pasto e la digestione sono piuttosto torbide; danno sedimento regolare quelle dopo il sonno notturno. Sono giallognole nelle malatie biliose, fetide, putrescibili, e mal condizionate nelle gastriche ec. ec.

§. 180. *Cerume degli orecchi.* Fra i materiali segregati che debbono star fuori vi è il cerume degli orecchi, liquido giallognolo untuoso ed amaro, che si osserva nel meato uditorio esterno, e che unta e difende quelle sedi dagli urti dell'aria, e da certi corpi che potrebbero nuocere impingendovi. Tale umore può divenire morboso nello stato sano, e più di tutto nell'età mature, può cumularsi di troppo, addensarsi, e quindi discapitare la funzione uditiva; perciò

l'unica cura da aversi sia di pulire di quando in quando il sito ove si raccoglie. Taluni in tal luogo per conservarsi l'udito vi pongono de' piumacetti di bambagia, ed altri corpi molli; ciò è mal fatto senza che un bisogno lo imponga, poichè si discapita la funzione, e si acquista una abitudine che poscia riesce difficile a torla.

§. 181. *Umor de' lochj*. L'umor de' lochj, che sgorga dall'utero nella femina dopo il parto, debbe lasciarsi correre nella regolarità, per l'interesse che prende nell'economia generale e dell'utero, sua mercè restando sciolta la voluminosità di questo viscere, ed eliminato ciò che per nove lune è rimasto di più, dopo di aver soddisfatti i bisogni del feto. A qual oggetto durante la lochiazione la donna non istà bene che conosca l'uomo (§§. 25, e 29), come altronde fa d'uopo che usa regolarità nelle cose necessarie alla vita, e più di tutto nel moto, ed in ciò che può dissestarla (§. 29).

§. 182. III.° *Umori escreto-recrementizj*. Noveriamo fra gli umori escreto-recrementizj la *scialiva*, il *moccio*, le *lagrime*, il *sugo gastrico*, il *pancreatico*, la *bile*, il *latte*, lo *sperma*, l'*umor prostatico*, l'*umor femineo del coito*, le *acque dell'amnios*.

§. 183. *Scialiva*. La scialiva umore interessante per cominciare e per proseguire la digestione de' cibi, riesce cagione di stato morboso una volta che si escrei più del dovere; è allora che si possono osservare indigestioni, astenesie, ipocondriasi (*spuitores sunt melanconici*. *Ip.*), marasmi; e più di tutto se l'abuso si avveri in persone deboli. Crescono poi i

dissesti se si provochi con scialagoghi sia masticandoli sia fumandoli, poichè allora oltra de' mali delle perdite umorali vi sono que' prodotti dall' azione di simili sostanze, come sono la rovina della bocca, le nevrosi ec. Perciò non è ben fatto sputacchiare senza bisogno, fumare, masticare apoflematici (salva la circostanza di doversi usare come rimedj). A qual oggetto in caso si sia in abuso si tralasci gradatamente, essendo un malinteso il supporre che con lo sputo si cacci il cattivo umore, poichè allora tutti i fumatori e sputatori mai dovrebbero essere infermi, cosa contraria al fatto.

§. 184. *Moccio*. Il moccio secrezione della membrana dello stesso nome; interessa l' economia vitale pel lubricamento che porta alla superficie della stessa, e pel favore della funzione digestiva (*Fisiologia*). Quindi non debbe provocarsene la sortita senza bisogno. Sotto questo rapporto e parimente dannoso l' uso degli errini usati per abitudine, e senza necessità, i quali nuocciono e per la perdita umorale, e per la di loro irritante azione.

§. 185. *Lagrime*. L' umor delle lagrime vale e per lo spalmamento che debbe recare sul globo dell' occhio e sue membrane, e per la rata che debbe dare alla digestione. Quindi si procuri conservarne regolare l' andamento per non incorrere a stato morboso come sono le ottalmie di vario genere nella deficienza o alterazioni, e le affezioni stomatiche. Quindi si curino le malatie delle glandole secretrici, e l'ostruzione del sacco lagrimale, una con le alterazioni, in caso vi siano.

§. 186. *Succo gastrico*. Il succo gastrico che si rinviene nello stomaco ed intestine, e ch'è sacro alla digestione ed assimilazione de'cibi, può osservarsi alterato e mancante. Le alterazioni si curino, nè si cacci senza bisogno. Un diverso procedimento mena ad indigestioni, ed a non buone assimilazioni.

§. 187. *Succo pancreatico*. Si serbino gli stessi precetti come pel succo gastrico.

§. 188. *Bile*. La bile secrezione epatica sacra alla funzione digestiva, e per sgomberare il sangue da dati principj, non si cacci senza bisogno con emetici purganti o altro; si procuri non farla alterare; e quando l'organo secretore fosse malato se ne cerchi subito il ristabilimento.

§. 189. *Latte*. Il latte umore escreto-recrementizio, interessa l'economia delle madri e dei piccoli quando è regolare ne' suoi andamenti. Il non allattamento nuoce alle madri ed ai figli. Il molto e protratto mena al marasmo a mali nervosi, e stomatici chi lo esegue. Quando è alterato danneggia i piccoli. Quindi uniformemente all'espresso nel §. 30, si preferisca sempre l'allattamento materno al mercenario; sia fatto con regola, e sia protratto sino a che i novelli non comincino a mangiare: chi allatta usi regolarmente delle cose necessarie alla vita, più di tutto badi alla nutrizione, alle affezioni di spirito, ed a star lunge dalla venere: quando chi allatta è inferma e si abbiano dati che può nuocere si sospenda e si cambi; ed intanto se ne procuri l'escrezione o col succiamento di animali, o di persona che sa trarlo e sputarlo, o d'istrumenti adatti. Si vada mano mano di-

minuendo volendo che si termini; si prosegua nel caso opposto.

§. 190. *Sperma*. Lo sperma umore sacro alle funzioni della generazione non debbe cacciarsi se non nell' enunciate circostanze, e con le regole avvanzate nel §. 25. Qualunque deviamento nuoce. La prematurità e l' abuso evira con impronte indelebili, e mena a marasmi, ed a morte (*Patologia*). La pletore spermatiche sono così nocive come si è supposto? Alcerto no, poichè *Ercole* bravò di sue forze quando fu lunge dagli ozj di Jole; ed uomini morti vecchi in santo celibato non han lasciato di godere buona salute. Ma come regolarsi nelle contratte abitudini? Si usi parca e dolce dietetica, si cerchi essere occupato, e ne' bisogni si ricorra ai convenienti metodi curativi.

§. 191. *Umor prostatico*. Saranno ben regolati gli andamenti dell'umor prostatico, quando que' dello sperma saranno come conviene.

§. 192. Si fa osservare che le donne nell' estro venereo dan fuora un umore dall' antica scuola creduto sperma. Sebbene le perdite di questo non nuocciano tanto come quelle dell'uomo, non essendo che moccio e linfa, purtuttavia è sempre cosa ottima la continenza. Pel resto si può seguire l' espresso ne' §§. prec.

§. 193. *Acque dell'amnios*. Le acque dell' amnios debbono essere durante la gravidanza tutte recrementizie, escrementizie nell' epoca del parto. A qual oggetto si procuri non deviare simili andamenti di natura.

§. 194. Risulta da' paragrafi di questo titolo che le ritenzioni, l' escrezioni, e l' escre-

to-ritenzioni contribuiranno alla vita sana e longeva quante volte le prime siano convenientemente ritenute, le seconde escreate, e le ultime in parte escreate ed in parte ritenute, sempre però a norma della di loro particolar natura ed interesse.

TITOLO VI.

Affezioni dello spirito.

§. 195. Intendiamo per affezioni dello spirito quello insieme di funzioni che ha luogo nel cervello, e nella parte immateriale che regge e governa il fisico corporeo, *anima*. Nel dire come regolare simili funzioni onde contribuire alla vita sana e longeva si seguirà il nostro piano fisiologico delle tre classi di esse *sensazioni o percezioni*, *pensieri*, e *volizioni*; avvertendo che ciascuna delle medesime può dar luogo al doppio risultato, di riescire *aggradevoli*, o *disaggradevoli* (*Fisiologia*). Le affezioni dello spirito interessano non poco gli andamenti della vita. In esse si avverano le sensazioni, le percezioni, le idee, i travagli del pensare, gli atti di volizione, ed in *unum* l'attività sensitiva, cosa di fatti sarebbe dell'uomo senza l'influenza nervosa, e dell'anima? dall'enunciate funzioni si riceve una moltiplicità di stimoli cui mercè si ravviva l'energia della vita, si dissipa la noja, l'uomo si rende di se maggiore ec. Nella regolarità conservano lo stato sano, nel disordine non v'è dissesto da non potersene aspettare (*Patologia*).

§. 196. *Sensazioni*, o *percezioni*. Intendiamo sotto il titolo di sensazione qualunque impressione che dal sistema nervoso si comunica al sensorio, e quindi all'anima, la quale avvertita da quest'ultima può dirsi *percezione* o *idea*. Le sensazioni possono derivare da' sensi interni ed esterni. Tutte possono essere *aggradevoli*, o *disaggradevoli*, e di varia intensità.

§. 197. *Sensazioni aggradevoli*. Può ricevere il nome di sensazione aggradevole qualunque impressione che si avverta con piacere. E siccome di variata natura ed intensità possono essere, ecco quindi la moltiplicità delle stesse, intanto siccome interminabile sarebbe il solo rivangarle, così reputiamo necessario soltanto conoscer gli effetti della di loro variata azione per ben regolarne gli andamenti. Di triplice gradazione si son credute suscettibili *moderata*, *maggiore*, *somma*: l' azione moderata arreca quello stato che si dice *ilarità*, la maggiore, quello della *gioja*, la massima quello della *voluttà*. Nelle sensazioni aggradevoli si è detto che le parti sensienti si espandono per presentare una sopraffaccia più estesa che sia possibile alle impressioni che le molciscono. In generale gli effetti delle sensazioni aggradevoli sono di giovare alla salute quando sono moderate; nell' eccesso, e più di tutto quando giungono impreviste sogliono riuscire letali, e certamente pel bisbiglio che ricevono i sistemi nervoso e circolatore. È noto che *Sofocle* morì di giubilo avendo ottenuto una corona che non isperava da una ultima sua tragedia; che *Filippide* corse la stessa sorte per una sua comedia; che *Diagora* non

potè resistere alla gran gioja dalla quale fu sorpreso quando i tre suoi figliuoli vincitori ne' giuochi olimpici a lui presentarono le riportate corone; che una donna spartana mancò di vivere al rivedere il suo figlio vittorioso ed in vita mentre lo credea morto; che lo stesso avvenne a due matrone Romane; che il *Papa Leone X.* morì di gioja per una buona notizia politica; che *Zeusi* spirò fra le risa alla veduta di un suo lavoro rappresentante una vecchia con fisonomia e posizioni sommamente ridicole ec. ec. Quindi si sia cauto e moderato per non farsi sorprendere da allegrezza gestiente.

§. 198. *Sensazioni dissaggradevoli*. Può dirsi sensazione disaggradevole quella tale impressione che si avverte con dispiacere. Il numero di tali sensazioni può essere del pari moltiplice come le aggradevoli. La di loro azione può dirsi parimente triplice, *mite*, *maggiore*, *somma*, le sensazioni disaggradevoli miti cagionano *tristezza*, le maggiori *cordoglio*, le somme *desolazione*. In generale le sensazioni disaggradevoli menano a stato morboso da prima il sistema sensiente, poscia il circolatore, il digestore, ed i restanti; nè v'è dissesto che non possa nascerne dalla di loro azione, sino a menare a morte quando sono intense ed inaspettate: chi cade da alta vetta muore alla semplice veduta del precipizio; *Eschilo* spirò di cordoglio per aver dovuto cedere la palma a *Sofocle*, mentre questi trapassò per gioja; *Adrasto* tornando dall' assedio di Tebe ebbe a soccombere nel sentire la morte di *Agesilao* suo figlio. *Eduardo* III.° passò a morte nel sentir

quella del suo figlio Principe *Nerèo* : la stessa sorte incontrarono *Giulia* figlia di *Cesare* all' udir la morte di *Pompeo* suo sposo, e l'Imperatrice *Irene* al sentir quella dell'Imperator *Filippo* ec. Perciò si sia guardingo a tenersi lunge dalle tristi sensazioni, ed a starsi prevenuto a sentirle miti una volta che imprevedute giungano.

§. 199. *Pensieri.* Intendiamo sotto il titolo di pensieri quel travaglio che precisamente esegue l' anima qualora versa su di qualche oggetto senza estrernarne i risultamenti. Moltiplici perciò possono essere. I pensieri al pari delle sensazioni possono riuscire *aggradavoli* o *disaggradevoli*, e parimente dare al fisico risultati giovevoli o nocivi, a norma della di loro azione e natura. I travagli ch' esegue l' anima in tali circostanze possono considerarsi sotto due aspetti di *semplicità* e di *composizione* : riponiamo nella prima classe il semplice *pensare*, nella seconda la varia genìa di *passioni* (*Fisiologia*).

§. 200. *Pensare*. Il pensare o travaglio dell' animo allorchè si occupa di date idee, ha luogo ne' *giudizj*, ne' *raziocinj*, *ne' soriti*, negli *entimemi*, ne' *dilemmi*, nelle *creazioni varie* ec. In tutti gli enunciati rincontri il fisico ne risente l' azione salutare o nociva a norma della natura delle idee sopra delle quali l' anima versa, e dell' estensione che vi prende. Quando si occupa di oggetti aggradevoli o disaggradevoli i risultati non sono diversi di que' delle sensazioni dello stesso genere (§§. 197. 198.). Ai protratti e successivi travagli sogliono seguire malatie nervose di vario genere, astenesie, ostruzioni di visceri, alterazioni umorali,

spossamenti ec. Al torpore ed inerzia il seguito de' mali dell' inattività (§§. 155, e 195). Perciò si cerchi star lunge delle gravi occupazioni (*curas tolle graves* S. S.), nè si sia mai eccessivo, poichè solo nella regolarità si può avere giovamento, e se ne può trovar pruova nella lunga vita de' letterati, che han saputo ben regolarsi (*).

§. 201. *Passioni*. Le passioni non sono che successive modificazioni de' travagli elementarj del pensare (*Fisiologia*, e §. prec.). Si verserà sulle stesse ricordando prima la di loro particolar natura, indi soggiugnendo gli effetti che son suscettibili produrre, ed in ultimo del come regolarne l'uso. — Analiticamente parlando sono due passioni elementari delle restanti, il *desiderio* e l' aversione; partono queste dal duplice fonte *piacere* e *dispiacere* che si prova versando sopra di qualunquesiasi idea. Dal desiderio di godere un futuro bene nasce la *speranza*, come il *timore* parte dall' idea di soffrire un male. Dalla variata combinazione e modificazione delle stesse derivano poi le restanti tutte. Eccone un sommario.

(*) Possono fornir pruova di lunga vita in mezzo alle di loro fatiche. *Prodico* celebre medico il quale compì 100 anni, ed *Ippocrate* suo discepolo che ne visse 104, ne vide 109 *Omero*, *Parmenide*, *Platone*, *Plutarco*, *Galeno*, i quattro *Baconi*, *Arvei*, i fratelli *Giangiacomo*, *Boileau*, *Galilei*, *Fontaine*, *Boerave*, *Locke*, *Leibnitz*, *Newton*, *Fontanelle*, *Fleurì*, *Cotugno* etc. Videro lunghi giorni per la regolarità nel pensare, e nella maniera di vivere.

§. 202. *Passioni che partono dal desiderio*. È di queste la base la *speranza*. L' *amore* è il primo che deriva alla *speranza* di un bene, e dal timore di poterlo perdere; a norma poi che tal passione si dirigge a diversi oggetti ne varia il merito: così qualora l' amore è diretto alla mutua corrispondenza de' due sessi, accoppiata al desiderio di un godimento sensuale, ha ricevuto il titolo di *amore*; forma l'*amicizia* qualora ha luogo fra due co' quali l' indicata condizione non si avvera. L' amore quando giugne al colmo del conseguimento de' suoi voti costituisce la *voluttà inebriante*; come porta alla *desolazione* quando si perde ogni speranza. — L' ambizione, e l' *entusiasmo*, passioni che diriggono il loro scopo al conseguimento di gloria di fortuna ec., sono modificazioni della passione amorosa; come la sono del pari quella del *guadagnare*, e l' *avarizia*, avvertendo che questa non ha limiti crescendo sempre il desiderio di acquistare e 'l timore di perdere.

§. 203. *Passioni derivate dall' aversione*. Il *timore* è una delle basi elementarj delle passioni originate dall' aversione, ha per gradazioni successive le *paura*, e lo *spavento*. — L' *odio* parte dall' aversione per un male probabile o certo, e può dirsi il contrapposto dell' amore. Se l' odio si dirigge verso l' usurpatore di un bene dà luogo alla *gelosìa*. Questa poi mena all' *invidia* se si è di nascosto geloso dell'altrui fortuna: in tale passione (fatal tormento di chi l'accoglie) si desidera, si teme, si odia. Se all'odio che si nutre per una persona si accoppi la voglia di nuocere, si ha la *vendetta*, come dal-

la più o meno intensità di questa partono la *collera*, l'*ira*, il *furore*, lo *sdegno*. Col prolungarsi e col perdere d'intensità tali passioni dan luogo all'*inimicizia*. Finalmente dalla variata combinazione delle stesse nascono le altre aversive di qualunque siasi natura.

§. 204. L'enunciata moltiplice, razza di passioni spiega effetti sull'animale economia una volta che questa vi soggiaccia. In generale le passioni partono da un travaglio di spirito, qualora non sono moderate sempre nuocciono, meno però quelle che sorgono da desiderio, da quelle che derivano da aversione; poichè le prime quasi tutte eccitano gratamente, e le seconde diversamente da destare mal essere, e negli eccessi sino a menare a morte. Nè possono fornir pruova *Nerva* il quale morì improvisamente preso da furore contro *Regolo* uno de' suoi uffiziali, e contro i sarmati che avean fatta una incursione nell'Illirio. Parimente morìrono repentinamente per collera l'Imperator *Valentiniano*, e 'l Re di Boemia *Vincesiao*. Morì di cordoglio *Alfonso Pitzon* per essergli stato negato di presentarsi solo alla Corte senza il capo *Colombo* che voleva prevenire, dopo tornati dalla di loro spedizione in America. Il capitano *Munh* il primo navigatore sino agli ultimi confini della baja di Hudson, disgustato dalla maniera con cui lo trattò il Re di Danimerca nell'atto che da lui si congedava per un nuovo imbarco, restò oppresso dal dolore in modo che poco dopo spirò. Ecco poi un sommario di risultati di dettaglio a cui menar sogliono le singole prenomate passioni; e ciò fia

utile per guardarsene, e per non attribuire ad altre cagioni quel che da una passione deriva.

§. 205. *Effetti delle singole passioni sull' animale economia.* Partendo da quelle che derivano da desiderio, l' *amore* che occupa il primo posto spiega sua possa sul sistema, e più di ogn' altro sul nervoso e sul vascolare, è perciò che nelle sue varie vicende e gradazioni han luogo affezioni nervose di vario genere, e mali di cuore e di vasi. Se poi è tossicato dalla gelosia, la reazione contro l' oggetto inviso suol menare al *furore*, donde le abnormità nervose, ed i dissesti dell' intera economia. Se al contrario giugne al conseguimento di suoi fini nella gioja e nella voluttà eccessiva nascono ebrietà di ragione palpitazioni di cuore ec. L' *ambizione* cagiona alternativa espansione e stringimento ne' due predetti sistemi nervoso e vascolare, mena ad ostinate veglie, a fissazioni sopra idee gradite ec. da cui un seguito di disordini negli altri subalterni ai sofferenti.— L'*invidia* porta irritazioni nervose, spasmodie ne' sistemi vascolare, gastrico ec., Il *giuoco* a norma de' suoi andamenti favorevoli o contrarj ora eccita e fa pruovare gli effetti della gioja eccessiva, ora gli altri della desolaziene e timore: in generale poi arreca alterazioni al sistema nervoso, al gastrico, al circolatore, al secretore ec. donde le paralisi, le apoplessie, la morte, le alterazioni umorali, le ostruzioni ec.

§. 206. Delle passioni aversive il *timore*, la *paura*, lo *spavento* che ne occupano il primo rango, portano stringimento all'epigastro, al

torace, al cuore, e tanto, che le funzioni di queste parti possono appena eseguirsi, ond' è che la respirazione resta eseguita fra interrotti sospiri, la circolazione si limita nelle regioni interne, ed immancabile diviene il pallor di volto, il tumulto ne' polsi, la non sortita di sangue ne' salassi; le secrezioni ed escrezioni restan soppresse a meno della intestinale ec.: il sistema musculare si disordina, s'infievolisce, vala e trema, il nervoso si convelle, e talvolta passa alla risoluzione. Finalmente nel forte timore si è osservata la morte, quindi non fia meraviglia se dopo uno spavento si siano arrestati scoli, sciolte paralisi, terminate ostinate febbri intermittenti ec. Dopo ciò quanto non è riprovabile il trastullo d'impaurire i piccoli? — L' *avarizia* con meno impeto mena ai mali del timore perchè mista al desiderio, che non lascia di sempre agire, ed ecco l' abito secco smunto e macilento che definisce l' avaro: crescono poi a dismisura se si soffre un rovescio di fortuna. — L' *odio*, la *gelosìa*, l' *invidia* non danno diversi risultamenti. La *collera* induce cambiamento di viso, tremori con somma attività nell' eseguire i voleri della volontà furibonda, talvolta paralisi, stringimento di cuore, e quindi rigurgito di sangue ne' polmoni, nel capo ec., e spesso con rottura di vasi, bocca schiumosa e disdetta a proferire accenti che la rabia vi trae: più di tutto se ne risente il fegato osservandosi secrezioni ed escrezioni biliose alterate, itterizia, infiammazioni ec. La vendetta, l' ira, il furore, e lo sdegno non spie-

gano diversi effetti; del pari che l' inimicizia, sebbene a gradi molto diminuiti.

§. 207. Atteso l' enunciato sul conto delle passioni si può dire che tranne le gaje e miti tutte le restanti portano a male, e dal più al meno; e perciò che conviene esser freddo e giusto calcolatore nell' esserne affetto. Più di ogn' altro poi si raccomanda a non farsi mai prendere dalla collera e dalle sue passioni affini (*irasci crede profanum* S. S.).

§. 208. *Volizioni*. Intendiamo sotto il nome di volizioni tutti gli atti volontarj dell' animo che in seguito si esternano con variate azioni di parti. Tal classe di funzioni interessa l'economia a norma dalla possa e natura, di modo che le gaje e miti piuttosto giovano; nuocciono quelle di diversa genìa; perciò si cerchi star lontano da queste ultime, e moderare sempre con prudenza le prime.

§. 209. Le affezioni dello spirito trattate in questo titolo sono state considerate sotto triplice aspetto *percezioni*, *pensieri*, e *volizioni*. Ciascuna delle tre classi si è osservato aver sua azione sull'animale economica, e quindi influenza sul bene o mal essere della vita. Or dopo i singoli precetti di dettaglio si può conchiudere, che le sensazioni, le percezioni, le volizioni essendo come la nutrizione dell' animo, per riescire proficue conviene che siano ben regolate ne' loro andamenti; a quel oggetto si procurino sempre sensazioni aggradevoli e moderate, perchè le molte e di diversa natura mettono a male il sistema, come al contrario la mancanza delle stesse cagiona tristezza e noja. Il pensare

e le passioni abbiano parimente la impronta della moderazione, e del gajo; poichè le molte mettono bisbiglio, e logorano i fattori della vita, coll'esserne senza nasce la noja e 'l torpore; e le tristi menano inevitabilmente a male. — I temperamenti deboli e que'stati della vita che vi si accostano come sono le prime età, e le convalescenze non sono fatti per resistere alle forti; sono per essi in vece le miti: i temperamenti robusti al contrario possono più resistervi. — Sia utile avviso di non contrariare le disposizioni morali derivanti dalle idiosincrasie, con contrarie affezioni di spirito, poichè molto si nuoce, invece vi si vada per gradi, e se ne facci meno quando si può: così non conviene al melanconico che tra ristoro dalle sue lagrime apporre ilarità e trastullo; all' ilare il triste, all' irritativo il mite, al patetico proclive all' amore l' odio e lo sdegno; al fantastico dedito alla meditazione, il rampante e 'l basso. — In ultimo si ricorda che l'abitudine, la distrazione, non escluso il conviente uso delle cose necessarie alla vita, sono i veri rimedj per ovviare ai tristi patemi di animo, e che per far riuscire salutari le funzioni su dettagliate conviene far di tutto per averle *ilari* e *gaje*. — *animo ilari ac tranquillo esto, quia hoc optimum longae vitae, et sanitatis praesidium*. Hoffmann dis. 3.

Titolo VII.

Educazione.

§. 210. Diciamo *educazione* quello insieme di precetti e disposizioni che si danno a qualunque siasi persona, ad oggetto di renderla utile e buona a se stessa ed agli altri. Corrisponderebbe tal titolo a tutto l'insieme igiologico, ma siccome di molte cose se n'è trattato sotto altri particolari rapporti, ecco come si verserà soltanto sopra di alcune non comprese ne' precedenti dettagli; a qual oggetto si dirà prima della educazione delle prime età e delle successive, e di quella che conviene al femineo sesso, poscia di qual nettezza fa d'uopo per la razza umana, della determinazione da darsi ai singoli individui, ed in ultimo del come apprezzarsi la scienza medica per conservarsi sano.

§. 211. *Educazione delle prime età.* Dipendendo il successivo ben essere della vita dalla educazione delle prime età (§. 7.), ne nasce che conviene attendere a ben cominciar da queste.

a) Nel venire alla luce i bambini si curi che l'atmosfera ambiente sia piuttosto tiepida, per ovviare ai mali che una fredda potrebbe produrre a corpi sommamente sensibili, e da più tempo abituati ad amica temperatura.

b) Nel caso che la placenta non sorta subito, si tagli il cordone ombilicale, in lunghezza da potersi fare il nodo. Questo però sia fatto in

regola, acciò non dia luogo ad ernia nel tratto successivo.

c) Si lavino poscia i bambini dell' untume delle acque dell'amnios. La lavanda sia di acqua tiepida, e vi si aggiunga un poco di vino in caso che languor si osservi (*). La lavanda sarebbe buono che sia ripetuta in tutti i giorni sino ad età maggiore, onde tener sempre netta la cute, favorire lo sviluppo delle fibre, ed abituare la pelle all' azione dell' acqua, la quale nel tratto successivo sarebbe conducente che sia fresca, per renderli meno soggetti a soffrire nelle alternative atmosferiche.

d) Nascendo il piccolo con suggellazioni, con intropressioni di parti, con imperforazioni, aderenze morbose, o con altro di estraordinario s' invochi l' ajuto di esperto in arte per rimediarvi; nè mai si permetta a sciocca e sedicente donna di porvi mano, come si suol fare per acconciare la testa, il naso, il palato, il collo ec.

e) Dopo si cerchi coprire i novelli con panni, non ruvidi alla di loro sensibilità, ma da proteggerli dall' azione de' corpi che possono nuocerli. Le coverture siano sempre larghe, e mai troppe, per non impedire lo sviluppo delle parti, la circolazione, e non soggettarli, e disporli a mali come con le troppo poche, o con le molte avviene.

(*) A qual oggetto nell' eseguirsi il s. Battesimo sarebbe buono che le acque siano corrispondenti alla temperatura dell' individuo che ne debbe essere asperso.

f) Si dia ristoro ai neonati passate alquante ore col latte materno, il quale nelle prime epoche oltra all' esser di nutrizione analoga ai bisogni, la fa ancor da purgante, per la cacciata del *meconio*. L' allattamento sia successivamente esibito a determinato tempo per dar luogo a digestioni regolari, e sia protratto sino a che non siano suscettibili a soddisfare ai proprj bisogni con altra nutrizione (§.30). In caso poi per circostanze morbose delle madri, o per altro non possano ricevere il proprio latte se ne sostituisca altro della stessa razza, il quale per quanto è possibile si cerchi che si accosti alla natura del materno (§. 30). Se non sorte il meconio si dia dell' acqua e zucchero, o dello sciroppo di cicorie del Niccolò.

g) Per rimediare alle mancanze di latte, umano si aveva pensato trovare un utile supplemento in quello di altri mammiferi, sia facendolo direttamente succiare, sia mescolandolo a farinacei fermentati, a zucchero ec., ma il fatto vi ha mal corrisposto; a qual oggetto il solo della nostra razza può formare il primo nostro alimento. Quindi ne' rincontri di doversi ricorrere a latte mercenario si attenda alla scelta di buona nutrice (§. 30).

h) Nelle acescenze ed in altri mali del latte si curino le madri ed i figli; ed osservandosi che asseverantemente il latte è contrario al ben essere di questi ultimi, si cambi.

i) Per avere latte sano, chi adempie a tal funzione badi a ben nutrirsi, ad essere ilare di spirito, ed a non commettere disordini nel resto delle cose necessarie alla vita. In caso ma-

latia si avveri nell' economia della donna si curi subito, ed in quel frattempo è condotta sospendersi l' allattamento, facendo tirare il latte col succiatojo, o con altro mezzo, ed intanto rimediare ai bisogni de' bambini o con diverso latte, o con altra nutrizione. Cessato il morbo si può ripigliare la funzione sospesa.

k) È buono che i piccoli dormano con le madri, per godere della di loro caloricità. Per evitare di poterli comprimere, urtare, soffocare ec. è conducente usare l' *arcuccio*. Nuoce ai piccoli la dimora co' vecchi.

l) Il tempo da potersi cominciare a dare qualche nutrizione diversa dal latte ai bambini è verso i sei in sette mesi, o sia allo spuntare de' denti: allora convengono le semplici zuppe di farinacei cotti nel brodo sciocco, o nell'acqua semplice, o nella zuccherata. Tal cibo può supplire la mancanza assoluta di latte dopo qualche mese (§. 30).

m) La compiuta sortita de'denti incisivi, a meno che non sia precoce, o ritardata di molto, è un indizio di potere svezzare i bambini. In generale poi un' anno di allattamento è sufficiente: il meno nuoce alla nutrizione, il più non giova nè alle madri nè ai figli; beninteso che i deboli ne abbisognano di più de' forti.

n) L'esercizio de'bambini può limitarsi alla bagnatura, e stropiccio cutaneo, alla passeggiata sulle braccia di tenera ed attenta educatrice, e quando cominciano a potersi attivare sulle proprie gambe guidarti per mano; è buono permetterli qualche divertimento che da loro stessi talvolta si sanno procurare. L' eser-

cizio della culla sarebbe da bandirsi perchè porta stupidimento ; nelle epoche più adulte possono adoperarsi divertimenti utili al corpo ed alla istruzione , sempre però ben guidati per essere lontani da ogni pericolo . A questo proposito s' inculca che la guida sia di matura età per saper conoscere ciò che può giovare e nuocere, raccomandando alla stessa di palesar subito qualunque minima cosa sia avvenuta di sinistro ai novelli che guida , e di mai sforzarli al moto al di là delle di loro forze .

o) Si sia guardingo a tener lontani i bambini dalle forti e repentine impressioni siano elleno di qualunque natura , come sono un improvviso frastuono , un forte timore , le idee spaventevoli che di veduta o di racconto se le fanno acquistare , come quelle de' spettri , dell' orco , delle Deità chimeriche , degl' incantesimi , e via dicendo lo stesso di mille altre fanfaluche che le sciocche donnicciuole soglion mettere in opera per trarre a loro voglie i piccoli . Ciò vale per non nuocere al sistema nervoso , e non ingombrar di buon ora l' animo di pregiudizj e di dannose stupidezze .

p) Parimente si sia attento a cominciar a dare dalle prime età una buona educazione fisica e morale , e chi lo può scelga un educatore , poichè dalla prima educazione dipende il bene o mal essere del resto della vita . In generale si badi ad abituarli alla *sobrietà* ed al *travaglio* , ad essere *ubbidienti* ai superiori , e ad avere *rispetto* per tutti .

q) Non si sia frettoloso ad adire a preco-

ce istruzione, ed a molto travaglio la bambina prole, conviene nelle età infantili favorire piuttosto lo sviluppo, e solo si può cominciare la istruzione da ciò che più l'alletta. A norma dello sviluppo si può progredire nelle occupazioni, badando alla scelta dello istruttore, poichè i barbari pedanti sogliono essere la rovina delle gioventù, quanto non nuoce un'arcigno sguardo, una voce sempre vibrante, una mano non disposta che al flagello?

r) Si cerchi, che educazione domestica sia egualmente favorevole, ad oggetto di avere un buono sviluppo fisico e morale, e più di tutto se vi sono più figli. I genitori si guardino delle parzialità senza ragione, evitino le gelosie fraterne, siano i modelli del buon esempio. I castighi si facciano più comprendere che sentire: la molta attività non si opprima, ed in vece si dirigga al buono, essendo ciò una disposizione a far grandi cose. Per più estesi e minuti dettagli su l'educazione de' piccoli si possono consultare i trattatisti *ex professo*, essendo stato nostro proponimento dare soltanto precetti igiologici generali.

§. 211. *Educazione per l'età successive*. Dopo di aver diretta l'infanzia e l'adolescenza per buon sentiere, nella pubertà, gioventù, virilità ec., senza scordare i precetti avvanzati sulle cose necessarie alla vita, e sugli altri oggetti; si badi.

a) Ad unqua mai rendersi schiavo di abitudini e più di tutto se sono non buone, a fine di non soffrirvi nel doversene allontanare. Quando vi si sia inciampato si cerchi escirne gradatamente.

b) A qual oggetto per conservarsi in buo-

na salute si segua il precetto di *Celso*, il quale vuole che » l' uomo il quale gode buona sa-
» lute e libera volontà non debbe obbligarsi a
» legge di sorta veruna, od a cure; che a co-
» stui sta bene aver varia maniera di vivere,
» ora essere in villa, ora in Città, e spesso in
» Campagna: navigare, andare a caccia, tal-
» volta starsene in riposo, e sovente essere atti-
» vo . . . . Gioya ancora talvolta usar bagni
» caldi altra volta freddi; ora ungersi, or no;
» non schivare verun cibo di cui il popolo si
» serve; spesso essere in convito, altra fiata es-
» serne lontano ec. (*Sanus homo, qui et bene valet, et suae spontis est, nullis obligare se legibus debet*, atq. curis . . *Hunc oportet varium habere vitae genus; modo ruri esse, modo in urbe, saepiusque in agro, navigare, venari, quiescere interdum, sed frequentius se exercere . . . . Prodest etiam interdum balneo, interdum aquis frigidis uti; modo idipsum negligere; nullum cibi genus fugere, quo populus utatur; interdum in convivio esse, interdum se retrahere etc.* lib. 1. c. 1.)

c) Quando si va ad intraprendere od a lasciare una qualunque siasi occupazione si facci a gradi per non soffrirvi.

§. 212. *Educazione del sesso femineo*. Per la buona educazione della femina oltra al doversi attendere a quanto si è detto in tutti i titoli della presente sezione, conviene che si dispongano a potersi adattare a tutti gli stati che possono andare a prendere; e precisamente ad essere buone figlie, migliori consorti, ed ottime madri, da esse in gran parte dipendendo la

quiete, la felicità, e la fortuna di molti de' presenti, e de' posteri (*): più di tutto poi si raccomanda l' istruzione nella economia domestica; l'essere piuttosto ritirate, senza privarle de' leciti divertimenti; ed a sapersi uniformar sempre ai voleri di coloro i quali di esse prender debbono interesse e cura.

§. 213. *Polizia*. Posto l' uomo nello stato sociale conviene che si attenga a serbare nel suo corpo una certa nettezza; la quale contribuisce al di lui ben essere, ed a quello della specie con la quale convive. Tale nettezza si può far consistere in una mondezza di corpo, in un decente ornato, sia nel vestire sia nel mobilio domestico, ed a sapersi con prudenza profittare de' commodi sociali utili al ben essere della vita.

§. 214. *Mondezza di corpo*. Il corpo sarà serbato nella conveniente nettezza evitando d'imbrattarlo, lavandolo di quando in quando a normo che si osserva sporcato, e tenendolo convevientemente coperto.

a) L' imbrattamento corporeo può nascere o dal traspirabile che nella superficie cutanea si addensa, o dal polverio, o da materiali che dalle arti od altro possono derivare. In tutti gli enunciati rincontri giova la lavanda acquosa usata a norma de' bisogni, e 'l cambio della biancheria e vestiti. — Sotto di questo titolo convien considerare la polizia che debbe aver luogo nella

(*) Del sesso a cui dei l' essere
O uom pensier ti prenda,
Non sai il ben de' posteri
Quanto dal suo dipenda?

bocca, ed in altre cavità che si aprono comunicazione al di fuora, come il trattamento che richiedono le unghie e 'l pelame.

b) La polizia nella bocca giova alla conservazione de' denti, e del gusto, e per non dare alito disaggradevole: si conserva bene nettandola dopo di aver mangiato da' residui da' cibi, poscia lavandola con spazzolino una o due volte al giorno, ed in ultimo facendo togliere dall' arte qualunque incrostamento od altarazione che nascer vi possa. Senza bisogno non si usino polveri dentifricie, balsami ec.

c) Le cavità da doversi tener pulite sono le *narici*, il *meato uditivo esterno*, il *retto*, e la *vagina* nel sesso femineo: le prime si conservan nette cacciandovi col soffio il moccio od altro che vi può essere; è perciò poco decente l'uso del tabacco, non esclusi i danni che arreca usato senza bisogno e per abitudine. — Si serberà pulito il meato uditivo esterno se si lavi di quando in quando con acqua tiepida introdotta con sciringa; e se con adattato istrumento leggermente si cacci il cerume, che suole col polverio esterno ivi addensarsi ed in qualche quantità sino ad impedire la funzione dell' udito. — Quando si avrà attenzione di nettare il podice quante volte ha luogo l' escrezione delle feccie, il retto si serberà pulito, beninteso che secondo l'avviso di alcuni dovrebbe essere lavato da una sciringa di acqua (*Cirillo ec.*). — Questa sciringa poi è più necessaria per tener netta la vagina e l'utero delle femine; osservando che della stessa non possono farne uso le vergini senza nuocere alle parti che

debbono dar pruova della di loro verginità il, il-batezza, ed onestà.

d) Il trattamento del pelame e delle unghie può farsi consistere, nel taglio di queste rasenti i polpastrelli delle dita; e pel pelame a parimente tosarlo e portarlo come la decenza e'l buon costume richieggono, a tenerlo unto di olio quando si rende ruvido a fine di ben conservarlo, ed in ultimo a serbarlo netto da qualunque siasi sostanza insetto o altro. Non avendosi capelli vi può supplir la parrucca? sì sia però leggiera, e meglio sarebbe averla di seta anzicchè di capelli, per le malatie che possono meschiare.

§. 215. *Ornato*. *Vestito*. Si è certamente adoperato il vestito per servire alla decenza, e per tenersi al coperto dalle intemperie atmosferiche: di ciò ne dan pruova le antiche *tuniche* e *toghe*, coverture che ben adempivano al doppio citato salutare oggetto. In certi paesi l' attuale umana genìa ha deviato dal sentiero, e fa servire il vestito più alla legiadrìa corporea che a suoi precisi bisogni: ella or se lo fa leggiero, ora oltramodo pesante, ed in siti e tempi da meritare diverso procedimento; or si stringe da non potersi muovere ec. a norma della sempre inetta e sciocca moda. Si farà osservare in patologia che da simile abuso trae origine una numerosa classe di mali, ai quali l'attual società or più che mai va soggetta; di fatti quanto non nuoce alla traspirazione cutanea, alla circolazione, allo sviluppo delle parti, ai movimenti ec. un vestire contrario agli enunciati voti? non sarebbe utile avviso il ve-

stire sempre commodo a norma delle stagioni e bisogni, e 'l non andar molto pesante precisamente nel capo? poichè dice *Plinio* che se il capo non si coprisse sarebbe più sano e più forte. Finalmente quanto non gioverebbe al bene delle famiglie, e de' popoli se si fissasse una norma nel vestire?

§. 216. Si reputa parte dell'ornato corporeo, e precisamente del femineo sesso il *profumarsi*, ed *ungersi di belletto* (*) a fine di compensare certe grazie di cui si crede bisognevole. Essendo nostro scopo di dare avvisi per serbare vita sana e longeva, ci facciam dovere di replicare con altri molti, che qualunque unzione tranne la semplice oleosa nuoce alla salute ed alla stessa leggiadrìa, per la quale inconsideratamente si adopera, poichè quasi tutti i belletti risultano da preparazioni più o meno nocive, e più di tutto alla faccia, alla quale vi portano un aggrinzamento da far vedere una prematura vecchiaja; senza obbliare che nel meglio di una pompa si decolora il belletto, e la leggiadrìa si trasforma in bruttezza, da destar paura e risa ad ogni spettatore. Non è poi un più curioso belletto il costume de' *Byaos* dell'isola di Borneo, i quali si fanno cavare quasi tutti i denti incisori per sostituirvene alcuni di oro? (*acta eruditorum* 1728 p. 395). *Oh curas hominum, quantum est in rebus inane!*

§. 217. *Mobilio domiciliare*. Oltra della

(*) Il ch. *Gianpietro Frank* nella sua poliziа medica fa osservare, che nel solo Regno di Francia si consumano nell' anno due milioni di vasetti di belletto (*V. 7. p. 97. trad. ital.*).

scelta di un buon soggiorno, e di una abitazione larga ventilita e commoda (§§.52. 53. 71.) si cerchi avere un mobilio pulito e decente a fin di ricevere grate sensazioni, oltra la soddisfazione a proprj bisogni: tal mobilio con lo insieme della casa è condotta tenerlo sempre con polizia.

§. 218. *Commodi sociali utili al ben essere della vita*. Potendo esser compreso sotto tal titolo molto dell' esposto nel presente capitolo, è perciò che poco v' è a ridire, essendosene a sufficienza versato. Solo si ricorda a profittare de' miglioramenti che l' industria umana mano mano va procurando. In generale poi si soggiugne a cercare di essere in mezzo a costumati paesi ed a liete compagnie; ad avere una buona casa in Città ed una in campagna per passarvi qualche tempo dell' anno quando le stagioni lo permettono; a provvedere tali siti del necessario e dilettevole, ad evitare tutto ciò che può destare tristezza o penosa occupazione; a procurarsi sana e regolare nutrizione ec. ec.

§. 219. *Stato individuale*. Formi seria occupazione de' genitori il fissare uno stato alla prole, cioè darle una *occupazione*, o *collocarla in matrimonio*, o fissarla in *santo celibato*. Per tutto si parta dal consultare il proprio genio e possa, facendole ostensivo il bene e 'l male che anderà ad incontrare; badando che la scelta sia fatta in giuste epoche, e con fermezza.

§. 220. *Idea che si debbe avere della medicina*. La medicina siccome ha per oggetto primario di conservar la vita; sia preservandola da' mali, sia curandola, *ne nasce che può dirsi essere* la parte di sapere la più utile e ne-

cessaria per l'uomo; nè vale il dare ascolto alle mille scioccaggini che talvolta senza ragione si dicono, poichè chi non conosce i positivi dati di una scienza non mai può ben giudicarne (*Logica*), senza tacere che spesso i medici con gli altri addetti all' esercizio salutare nuocciono per ignoranza; ma è cosa ben diversa la scienza del professore di essa, per valere l' argomento di analogia. Noi uniformemente al detto nella introduzione della presente opera rimettiamo i cortesi leggitori al nostro preliminare dello studio dello scibile medico per conoscere come resta vano ogni trinciar di sajo che possa farsi all' unica scienza utile ed amica della umanità. Per ora basti il ricordare che la scienza medica dà positive conoscenze dell' uomo, che sua mercè si apprende come conservarlo sano e longevo sia prevendole i mali, sia curandolo; e che talvolta lo mette al sicuro de' suoi dritti rimpetto alle leggi co' lumi che a queste somministra, per dirsi tale scienza un' altra cosa necessaria alla vita.

§.221. Erano oggetti di questo titolo l'educazione delle prima età, e delle successive, e particolarmente del femineo sesso, la nettezza da serbarsi, lo stato da prendersi, e come apprezzare la scienza medica. Di essi essendosene parlato per quanto l' oggetto igiologico poteva comportare, pare potersi conchiudere che una buona educazione non è men necessaria delle altre cose interessanti la vita, per conservar questa sana e longeva.

§. 222. Essendosi già al termine de' titoli proposti nel presente articolo, è ormai tempo di

potersi conchiudere dicendo che qualora ben si usi delle cose necessarie alla vita si sarà al sicuro di poterla avere sana e longeva.

ART. IV.

Uso delle cose necessarie alla vita nello stato morboso.

§. 223. Per un seguito d'idee igiologiche, per non ripetere altrove gli stessi titoli, e per avere nozioni generali come usare le cose necessarie alla vita in ambi gli stati *sano* e *morboso*, si è reputato utile soggiugnere in tal luogo una norma generale per ben regolarle nello stato morboso; e precisamente nelle *acuzie*, *cronicismo*, e *convalescenze* di malatie, ne' *depuramenti corporei*, e quando fa d' uopo che *s' ingrassi*, o che si *diminuisca qualche* di più.

§. 224. *Acuzie morbosa.* In qualunque acuzie morbosa si propone l'andamento delle cose necessarie alla vita come segue.

Aria. Salubre, e temperata a norma de' bisogni.

Cibo, e bevanda. Vale sempre la dieta (*sola dieta sanat*), e più di tutto quando vi sono materiali morbosi a cacciare, poichè (*corpora impura quo magis nutries eo magis ledes* Hip.). Per nutrizione poi da potersi usare quando da' bisogni è richiesta, è buona l'*idrogala*, il *siero di latte*, le *emulsioni*, la *decozione di orzo*, (*tisana d'* Ippocrate), l'*acqua zuccherata*, l' *acqua panata*, i *succhi de' frutti recen-*

ti acido-dolci, i *brodi*, i *torli di uova* ec.— Per bevanda generale solo si raccomanda l'*acqua*, la quale a norma de' bisogni, e delle voglie degl'infermi può rendersi variamente satura di principj. In ultimo per la nutrizione degl' infermi si consultino i di loro desiderj (*Desiderio aegrotantium semper parcendum, vox enim est naturae, cui non auscultare piaculum est*).

Moto, e quiete. In tutte le acuzie morbose giova la quiete, per non disturbare le forze organiche (*naturali*) mentre sono intente a debellare lo stato morboso.

Sonno, e veglia. Siccome lo stato di veglia accompagna quasi tutte le malatie, così si cerchi favorire piuttosto il sonno, corrispondendo allo stesso scopo della quiete, tranne il caso di essere morboso (Nota 2. del §. 158).

Escrezioni, ritenzioni, ed escreto-ritenzioni. Poichè nello stato morboso v'è sempre dissesto ne' materiali delle tre enunciate classi sia per di più, sia per meno, sia per alterazioni, così conviene sempre tenerle di mira per portarvi la dovuta regolarità, sia cacciando nei dippiù, sia impedendo la successiva sortita nell' eccesso di esiti, sia corrigendo a norma de' bisogni ec.

Affezioni dello spirito. Siccome nello stato morboso le funzioni nervose son quasi sempre in disordine, donde la impossibilità dell' anima a potere ben influire sul resto del fisico, sarebbe buono che tali funzioni siano in quiete, tranne il caso quando possono riescire come rimedj.

Educazione. Il guardare all' educazione degl'infermi giova per gli antecedenti morbosi, per

la diagnosi, pronostico, indicazione, e prescrizione dell'occorrente.

Osservazione. A norma poi delle particolari forme morbose conviene rincarire sull'enunciato modificando a seconda de'bisogni. — Pel resto di prescrizioni si attenda alla patologia di dettaglio, o medicina pratica.

§. 225. *Cronicismo morboso*. Il cronicismo morboso è una spezie di lenta acuzie (*patologia*), perciò l'uso delle cose necessarie alla vita debbe esservi uniformemente modificato.

Aria. Sia l'aria corrispondente agli bisogni degl' infermi, potendo talvolta agire sola come attivissimo rimedio.

Cibo, e bevanda. Il cibo de'cronici può essere un poco più esteso di quello degli acuti, avvertendo che non debbe mai contrariare lo stato *diatesico*. Oltra del commendato nell' acuzie morbosa nel §. precedente son buoni il latte, i farinacei, e l'erbe cotte ne'brodi, le gelatine, le parti albuminose animali, le fibrinose ec. come sono tali le polpe nervose, le muscolari ec. Puo servir di bevanda ai cronici l'acqua pura o variamente condita: si possono usare i liquori spiritosi, sempre però dati a norma delle indicazioni.

Moto, e quiete. Lo stato cronico è più suscettibile di moto, e tanto più quanto è meno febbrile, anzi talvolta è il solo indicato: per altro debbe esser fatto ne' limiti della moderazione, alternato con la quiete, e di determinata specie e durata, a norma dello stato individuale, indicazione, età, sesso, temperamento, stagione ec.

Sonno, e veglia. Lo stato morboso cronico potendo portare a diversa propensione pel sonno o per la veglia, conviene attenersi allo indicato nel corrispondente titolo per ben regolarne gli andamenti.

Escrezioni, ritenzioni, ed escreto-ritenzioni. Al pari del detto nelle acuzie morbose l'andamento di simili materiali si badi che sia regolato uniformemente alle indicazioni che derivano dallo stato *corporeo*, dovendosi variamente provocare nelle pletore, nelle cencangie, nelle alterazioni ec.

Affezioni dello spirito. Siccome lo stato cronico permette più attività nel sistema nervoso, le funzioni dell' animo possono essere più esercitate a norma de' bisogni, anzi valgono a fornire oggetto di medica risorsa in certi stati.

Educazione. Nel cronicismo l' attendere alla educazione non interessa meno delle cose anteriori, potendo somministrare una medicatura.

Finalmente per altre particolarità che debbono guardarsi in tale stato si consulti la patologia terapeutica.

§. 226. *Convalescenza morbosa.* Essendo la convalescenza uno stato di acuzie meno attiva, la quale tanto men lo diviene, quanto più verso lo stato di ordinaria salute si va (*patologia*); perciò nell' uso delle cose necessarie alla vita si vada gradatamente al regolare della sanità.

Aria. Sia salubre e moderatamente temperata, si cambi una volta che sia stata la cagione morbosa, o che per altri motivi non sia buona (*fuge coelum in quo aegrotasti* Ip.).

Cibo, e bevanda. Nelle prime epoche di convalescenza possono usarsi farinacei ne' brodi e nel latte, son buone le uova fresche, le gelatine, la polpa nervosa, le frutta recenti acido-dolci, crude e cotte ec. Poscia si può usare qualche poco di sostanza muscolore. Per bevanda è sempre ottima l'acqua, la quale si può ancor condire. Si può usare come rimedio un poco di buon vino, e più di tutto quando si esce da malatie con impronte di languore.

Moto, e quiete. Nelle convalescenze (tranne pochi casi) è sempre un rimedio il moto: vale precisamente lo stropiccìo cutaneo, la lenta passeggiata, la carrozza, la cavalcata ec.; bensì il tutto debbe esser fatto con regolarità.

Sonno, e veglia. Il tranquillo sonno è un gran sollievo pel ricuperamento delle forze perdute. La veglia sia commodamente protratta, mai però al di là di quel che il giusto richiede.

Escrezioni, ritenzioni, ed escreto-ritenzioni. L'escrezioni sian mantenute come conviene, e non si sopprimano che nel perenne di più; si attenda a serbare in regola le ritenzioni ed escreto-ritenzioni.

Affezioni dello spirito. Attesa la squisita sensibilità che quasi sempre ha luogo nelle convalescenze, si cerchino affezioni di spirito grate, dovendosi considerare come utili al ristabilimento in salute.

Educazione. Se interessa il badare alla educazione in tutti gli stati morbosi, nelle convalescenze non debb'esser meno; e sebbene il contrariarla talvolta porti a male, pure attesi i cambiamenti *organici* che han luogo nelle acuzie,

si potrà ottenere in esse ciò che in altri tempi non così facile riescirà.

Osservazione. Stando all' avvanzato per le acuzie morbose (§.224. *Osservaz.*) nelle convalescenze conviene modificare l' uso delle cose necessarie alla vita uniformemente allo indicato dalle stesse.

§.227. *Governo depurante*. Qualora si crede doversi serbare un sistema depurante nell'uso delle cose necessarie alla vita, si può attendere a ciò che segue.

Aria. Che sia pura, e temperata a norma de' bisogni.

Cibo, e bevanda. Riescono utili le carni ed i vegetabili, le uova, e 'l latte freschi ed in semplice apparecchio. Come ottimo depurante (§. 107) è utilissimo l' uso dell' acqua pura. Come bevande depuranti si possono adoperare l' idrogala, il siero, le acque minerali, e le variamente sature di dati principj ec.

Moto, e quiete. Il moto siccome favorisce la crasi regolare degli umori, l' escrezione di altri, le buone secrezioni ec. è utile apprezzarlo, bensì nella dovuta regolarita ed indicazioni.

Sonno, e veglia. Il sonno e la veglia giovano quando sono regolari, ed uniformi agli bisogni.

Escrezioni, ritenzioni, ed escreto-ritenzioni. È conducente favorire convenientemente l' escrezioni.

Affezioni dello spirito. Le ilari han sempre dato felici risultamenti.

Educazione. Interessa il farla corrispondere alla indicazione curativa.

Osservazione. Conviene rincarire variamente nell' uso degli enunciati titoli a norma de' particolari bisogni.

§. 228. *Governo ingrassante*. Se si brama regolarmente ingrassare si può attendere a quanto si soggiugne.

Aria. Favorisce l' ingrassamento l' aria salubre, e la temperata.

Fan lo stesso il *cibo* e la *bevanda* piuttosto abbondanti, di facile assimilazione, e di buona nutrizione. Si avverta che più favoriscono l' oggetto in dettaglio le sostanze zuccherine le grasse, l' acqua, i brodi, le uova, i farinacei ec.

Moto, e quiete. Più la quiete che il moto giova la pletora nutritizia.

Sonno, e veglia. Il sonno e la veglia riescono utili nella regolarità; è sempre però indicata la lunghezza del primo.

Escrezioni, ritenzioni, ed *escreto-ritenzioni*. Secondano la buona nutrizione l' escrezioni non copiose, tranne le necessarie.

Affezioni dello spirito. Le gaje e moderate han sempre favorito l' ingrassamento;

Come del pari ha fatto la grata educazione.

§. 229. *Governo ammagrante*. Volendosi escire dallo stato pletorico si può stare a quanto segue.

Aria. Poco favorisce la pletora l' aria pura secca ed elevata, date le altre circostanze come si conviene.

Cibo, e bevanda. Fa lo stesso il parco uso de' cibi e delle bevande.

Moto, e quiete. Corrispondono allo stesso

oggetto la poca quiete e 'l moto esteso ed immediato.

Sonno e veglia. Parimente fanno ammagrare il poco sonno e la veglia protratta.

Escrezioni, ritenzioni, ed escreto-ritenzioni. Ammagrano le smodate perdite di materiali siano di qualunque natura.

Affezioni dello spirito. L' attivamento in simili funzioni, e più di tutto se siano disaggradevoli può occupare il primo posto nel governo dimagrante.

Educazione. L' educazione austera, le molte occupazioni, i disaggi etc. sono altri oggetti che possono valere a metter colmo allo ammagrimento.

Osservazione. Brameremmo che l' avvanzato mai sia protratto al di là da nuocere, e soprattutto dandosi di piglio a medicamenti, potendosi con la regolarità dell' esposto perdere un di più qualora effettivamente riesca d' infado.

§. 230. Essendosi adempito agli oggetti di questo articolo (§.223) cioè di dare avvisi come regolar l' uso delle cose necessarie alla vita nello stato morboso, e precisamente nelle acuzie, cronicismo, e convalescenze, quando si brama un depuramento, un ingrassamento, od uno ammagramento; pare potersi conchiudere che stando agli esposti principj si potrà esser sicuro di aversi quanto si brama.

§. 231. Co' quattro precedenti articoli avendosi dato nozioni e precetti per aver buona prole, per ovviare all' azione di agenti nocivi, e per ben regolare le cose necessarie alla vita nello stato

sano e morboso, pare potersi conchiudere il terzo capitolo dicendo, che serbandosi i precetti dati non si potrà non avere una vita sana e longeva.

§. 232. Dopo il fin quì trattato si può dire essersi al termine del proposto per la prima sezione, cioè di dar conoscenze sulla salute in generale, ed in dettaglio, e sul come conservarla sana, e quindi longeva (§. 1.).

SEZIONE II.

Avvisi per conservar vita sana e longeva alle varie classi sociali.

§. 233. Egualmente all' espresso nel piano generale, in questa seconda sezione si daran successivi avvisi per conservar vita sana, e quindi longeva alle varie classi sociali. Per procedere con ordine si considererà sotto duplice aspetto lo insieme della razza umana, e precisamente a seconda delle singole occupazioni di essa, nella prima classe si comprenderà la parte *agiata*, nella seconda la *travagliatrice*. Con tal divisione ci è sembrato poter esaurire l' oggetto nella dovuta estensione brevità e chiarezza, evitando le ripetizioni ed i moltiplici dettagli che diversamente procedendo sarebbero bisognati.

CAP. I.

Precetti per la classe sociale agiata.

§. 234. Comprendiamo sotto tal classe tutti coloro i quali non bisognosi di fatigare per menare innanzi la propria esistenza godono della vita ne' di loro agi. È da osservarsi intanto che siccome porzione di tal classe è chiamata da doveri a date occupazioni, ed altra lo è con piacere, ecco come ne tratteremo separatamente.

ARTICOLO I.

Classe sociale agiata, e senza occupazioni.

§. 235. Per tal classe sia primo avviso

α) Tener presenti gli oggetti dettagliati nella precedente sezione, potendo a preferenza profittarne, attesa la possibilità de' mezzi.

β) Indi fugga l' ozio padre de' vizj, e cerchi occupazioni da giovar se stessa e le altre. Sarebbero di tal conio l' agricoltura, l' amena letteratura, il viaggiare per apprendere cose utili, l' intraprendere travagli incoraggiando artisti letterati etc.

γ) Abbia sempre a cuore l' amicizia e 'l bene di tutti, e siano ancor gl' infimi della società; a fine di avere tranquilla vita, acquistandosi con tal procedere l' amore e la benevolenza universale, sorgente inesausta d' inesprimibili piaceri fisici e morali.

δ) Utile precetto per tal classe sarebbe quello di esser lunge degli affari non interessanti la propria economia, riuscendo spesso di poco favorevoli risultamenti (*beatus ille qui procul negotiis, ut prisca gens mortalium . . . Orazio*).

ε) Parimente gioverebbe che si guardi dall' adulazione, dall' ambizione, e dall' amor proprio, sorgenti feraci di non pochi mali.

Art. II.

Classe sociale agiata con diverse occupazioni.

§. 236. Comprendiamo sotto tal classe i Principi, con i grandi delle di loro corti, e porzione del ceto ecclesiastico, e letterato.

Titolo I.

Precetti per conservar sana e longeva la salute de' Principi.

§. 237. Se la salute è cara ad ogni individuo della umana specie, quella de' principj lo è di più, poichè dal di loro ben essere quasi sempre dipende la felicità de' popoli dalla Provvidenza alle di loro cure affidati. Quindi Eglino stessi, o gli uomini dell' arte, o chi le sta d'intorno curino tutto ciò che conduce alla vita sana e longeva. Perciò vale.

1. Tener presenti i precetti igiologici sinora avvanzati, modificandoli a tenore delle circostanze, de' riguardi, e degli affari de' Stati.

2. Andandosi ad essere medico di qualche Principe si segua il precetto del *Ramazzini* di non iscoraggiarsi nel dover parlare la verità co' medesimi, essendo un dovere avvertirli di ciò che può giovare o nuocere.

3. L' aria, ed i siti dove dimorano i Principi siano salubri procurando di farveli divenire una volta che non lo siano. Sia perciò utile avviso di consigliare la costruzione de' loro pa-

gi in buoni luoghi, darle convenienti forme, e tener lontano tutto ciò che può dare coinquinamento (*Tit. Aria*). Parimente sia precetto da non porsi in non cale, che in caso che epidemie vi siano ne' paesi, o ne' dintorni della dimora de' medesimi, è prudenza farneli allontanare, a fine di ovviare a qualunque sinistro evento. É quindi per più titoli savio prevedimento quello che i principj abbiano varj siti di dimora a loro dispozione abitabili.

4. I cibi e le bevande de' Principi oltra al dovere esser sempre sani, e ben apparecchiati, siano ancor semplici per quanto è possibile. Ne' conviti di etichetta, o altro, sarebbe prudenza mai scordare la sobrietà, sorgente di ogni buona salute. A questo proposito s' inculca di guardar sempre le funzioni digestrici onde ovviare ai disordini gastrici. Pel resto si può tener presente l' esposto nel titolo cibo e bevanda.

5. Poichè gli affari de' Stati richieggono somma occupazione, e portano più travaglio morale anzicchè fisico, si raccomanda la regolarità nel primo, ed a non iscordare il moto, cosa pe' medesimi interessantissima; e siccome i riguardi del ceto non permettono certi esercizj, così si prescelgano que' che più competono: questi però sian sempre fra gl' immediati, i mediati essendo usuali. Fra gli altri gli esercizj militari e la caccia sarebbero per essi i più salubri. Pel resto si può consultare il titolo moto e quiete.

6. Se i costumi sociali han cercato invertire l' ordine della natura facendo della notte giorno e del giorno notte, si procuri che tale abuso sia minorato per quanto è possibile, facendo

dedicare al sonno le ore della notte, ed alla veglia quelle del giorno, per andare esenti da' dissesti che da simile abuso derivano. Pel resto si può leggere il titolo sonno e veglia.

7. Per l'escrezioi, ritenzioni, ed escreto-ritenzioni si può del tutto seguire l'esposto nel corrispondente titolo non essendovi molte particolarità a riguardare.

8. Sommo interesse por conviene nel regolare le affezioni dello spirito, poichè siccome non v'è momento in cui non siano occupati dallo immenso numero degli affari di stato, l'animo loro, e 'l di loro sistema nervoso sono sempre in attività; perciò si raccomandano moderazione e metodo in tutti i travagli mentali. A questo oggetto si ripete quanto scrisse la più volte lodata scuola Salernitana al Re d'Inghilterra, di tor via le grandi cure, e creder cosa non buona l'adirarsi (*curas tolle graves. . . . irasci crede profanum*).

9. Se una buona educazione è necessaria ad ogni individuo della classe sociale, nelle persone de' giovani Principi debbe esser indispensabile, giovando al di loro ben essere, ed a quello de' popoli, questi modificandosi sulle orme de' Principi (*Totus componitur orbis Regis ad exemplum*).

10. Avvenendo che i Principi vogliano portarsi con le di loro armate in qualche spedizione terrestre o navale, attendano a dimorare in buona aria, ad avere acqua, e nutrizione sane, a non disaggiarsi molto, a star lontani da' siti dove si è sviluppata qualche malatia, ad esse-

re agitati per quanto meno è possibile, cercando uniformarsi ai voleri della Divinità ec. ec.

T I T. II.

Precetti pe' Grandi di Stato.

§. 238. Que' che dalla Provvidenza son chiamati ad affiancare i Principi ne' grandi affari di Stato, abbiano a cuore di non porre in non cale i precetti sin ora avvanzati, potendone ritrarre utili regole per ben conservarsi in salute. Più di tutto badino ad usar dieta parca e sana, per favorire i travagli dello spirito; ad essere regolari in questi, senza farsi mai sopraffare dal triste, cercando in vece il gajo col giovar sempre i di loro simili; a non iscordare di far moto; ed a non far nascere ritardo nell' escrezioni.

T I T. III.

Precetti pel Ceto Ecclesiastico.

§. 239. Partendo dal supporre che buona parte del Ceto Ecclesiastico travaglia più o meno agiatamente, non che dalle considerazioni che richiede il vivere recluso o libero, per ben conservarsi ricordiamo poche cose in sunto, rimettendoci pel resto al sin' ora avvanzato.

§. 240. I. *Ceto Ecclesiastico libero, o secolare.* Pel ceto Ecclesiastico libero secolare reputiamo utili avvisi.

1. Che ognuno nel consecrarsi allo stato Ecclesiastico procuri andarvi di proprio genio

dopo di essere stato istruito di ciò che debbe o no fare: ad oggetto di conoscere il suo futuro essere.

2. Per avere un viver placido, e per favorire il santo celibato, gl' individui di tal ceto usino parca dieta, e cibi e bevande poco eccitanti, fuggano ancora tutto ciò che può molto riscaldarli, e l' ozio padre de' vizj. Non corrispondono in parte allo stesso oggetto il digiuno, le astinenze, le penitenze, l'orazione, ec.?

3. Tal classe dovendo essere quasi sempre in Chiesa per soddisfare agli obblighi del Sacro ed Augusto Ministero, procuri che la dimora delle Chiese sia sempre sana per l' aria, pel locale ec.

4. Quando è chiamata al confessionile procuri di quando in quando fare un poco di moto, e non proseguire lo star seduto per molte ore di seguito. In tale epoca giova la dieta leggiera e succolenta.

5. Quando è chiamata alla predicazione o a cantar preci sia guardinga dal gridar molto, a fine di ovviare a rotture di vasi polmonali, e ad altri dissesti. A simili disimpegni sarebbe buono che vi siano addetti que' che vi hanno una voce adatta.

6. Essendosi inginocchioni, e precisamente allorchè si è gravante, ed in età non molto giovane, si profitti del poggiuolo per evitare ecchimosi, cadute ec.

7. In tempo di molto freddo stando in Chiesa, procuri tenere il capo coperto con beretta o papalina, e più di tutto se si abbiano pochi o niente capelli. Parimente sarebbe buo-

no che quando si arriva in Chiesa è vi si debbe restare per più o meno di tempo, e si è o sudato o bagnato si cambi il vestito, e ciò per scanzare i mali che da tali cagioni possono derivare.

§. 241. II. *Ceto Ecclesiastico chiuso, o monastico*. Pel ceto ecclesiastico chiuso o monastico oltra i precetti avvanzati si soggiugne.

1. Che per avere una buona aria i Cenobi debbono essere in sito ed in aere sani; in questi è ottimo che vi siano de' giardini e delle fontane per l' oggetto di avere buona aria e luogo da passeggiare: negli enunciati recinti si raccomanda la polizia, e la ventilazione; perciò non istà bene tenervi e crescervi molti animali, innalzarvi alte mura, e costruire piccole celle le quali in vece buon sarebbe, se fosse possibile, che siano larghe stanze.

2. Siccome la gente reclusa è più agitata dagli agenti morali che da' fisici, perciò si raccomanda a moderarsi per quanto è possibile, nulla essendo tanto valevole a dissestar l' economia quanto l' azione di essi.

T I T. IV.

Avvisi alla classe de' letterati agiata.

§. 242. Per tal rispettabile classe, per altro poco bisognosa de' nostri avvisi, nel di cui insieme vi van compresi individui di diversi ceti, particolarmente si ricorda.

1. Di scegliersi un sito di dimora salubre e confacente a' proprj bisogni. I climi temperati

e le amene regioni siccome han sempre favorito lo sviluppo de' genj, così questi sarebbero i soggiorni a tutti preferibili.

2. Di usare cibi e bevande di facile digestione e ristoranti il sistema in generale, e più di tutto il nervoso, sede de' travagli. Quindi son buone le sostanze zuccherine, le farinacee, le glutinose, quelle con osmazoma: le bevande di tè, caffè, e ciccolatte sono giovevoli nell' età avvanzate.

3. Di procurarsi moto per quanto è possibile, onde non incorrere a più dissesti a cui con tal solo mezzo si può in gran parte far fronte. I movimenti però siano de' regolari ed immediati.

4. Di apprezzare il sonno e nelle ore destinate dalla natura, e ricordarsi che le mattutine son le migliori per occupare.

5. Di guardare a serbare in regola più di tutto l' escreato ventrale ed orinario, senza trascurare il resto delle escrezioni.

6. Poichè i travagli di spirito son que' che più di tutto interessano tal classe, raccomandiamo a farsi con moderazione ed ordine. La preghiamo poi in nome della umanità ad occuparsi più di tutto del necessario, a cercare di riunire in breve l' interminabile scibile, a tralasciare ciò che l' alterata fantasia può suggerire di non reale, ed in ultimo a non privare i presenti ed i posteri de' risultati de' proprj travagli. In tal guisa ogni individuo di lettere si rende il vero filantropo da meritare l' apoteosi, travagliando pel bene del suo simile senza che obbligo o bisogno ve lo spinga.

7. In ultimo sia attenda a guardarsi degli

oggetti nocivi, nè usi rimedj senza bisogno ed avviso di esperto medico.

8. Se poi la strettezza di finanze porti a non potere menare una vita agiata come sgraziatamente spesso si avvera; per questa classe siano utili avvisi „ il procurarsi una quiete di spirito uniformandosi ai voleri della Provvidenza, il travagliare su qualche particolar ramo di scibile per tenere aperta una via alla risorsa; ed a mai scoraggiarsi in qualunque siasi avversità. Per la maniera di vivere può giovarsi de' precetti sin ora avvanzati.

§. 243. Giusta il proposto in questo Capitolo (§. 234) essendosi adempito a dar salutari avvisi alla classe sociale agiata, libera, e con diverse occupazioni, pare potersi conchiudere che stando allo avvanzato si potrà avere vita sana, e quindi longeva.

C A P. II.

Classe sociale travagliatrice.

§. 244. Noveriamo in tal classe tutti coloro i quali sono in obbligo di dover travagliare per soddisfare ai propj bisogni. Intanto attese le varie spezie di fatiche ed occupazioni, ecco come abbiam suddivisa tal classe in *attiva* ed in *meno-attiva*.

Art. I.

Classe sociale attiva.

§. 345. Intendiamo compresi sotto tal classe tutt' i travagliatori i quali nel fatigare sono più o meno attivi in tutto il di loro corpo, vi comprendiamo gli *agricoltori*, i *pastori*, i *cacciatori*, i *pescatori*, i *marinari*, i *soldati*, i *corridori*, i *lottatori*, i *facchini*, i *travagliatori di scavi sotterranei*, i *beccamorti*, i *cavalcatori e domatori di cavalli*, i *fabbricatori*, i *travagliatori nelle saline*, i *bagnajuoli*, i *servidori*, i *ballerini e saltatori*, gli *scermidori*, gli *spazzini*, i *forniciai di gesso e di calce*, i *ferrai*, i *fornai*, i *panettieri*, i *mugnaj*, i *crivellatori e misuratori di biade*, gli *operaj di legni diversi*, i *macellaj*, gli *oleaj*, i *fabri di varii grassi ed olj animali*, i *saponari*, i *vinajuoli*, i *vetraj*, gli *osti*, i *bottegaj*, i *trattori ed i cuochi*, gli *arazzieri*, i *viaggiatori* ec.

§. 246. *Agricoltori*. Stando a ciò che dimostra la sperienza de' secoli l' agricoltura è l' occupazione la più salutare ed utile qualora venga eseguita con prudenza. Per riuscire tale, e per ovviare alle varie malatie infiammatorie, periodiche, e di alterazioni di parti, a cui più di ogn' altro suole andar soggetta, badi ad evitare la dimora in arie malsane, le grandi intemperie atmosferiche, il travaglio notturno, ed in eccesso, l' azione di agenti noci-

vi ec. usi nel resto delle cose necessarie alla vita regolarità.

§. 247. *Pastori*. Vale pe' pastori il detto per gli agricoltori. Raccomandiamo poi in particolare ad attendere a non meschiarsi le varie malatie del bestiame, e ad usar polizia ne' siti di ricovero, ne' quali lo sterquilinio ed altro ne sogliono deturpare oltramodo l' aere.

§. 248. *Cacciatori*. La caccia piacevole e salutare ginnastica suole riescir nociva per le intemperie atmosferiche a cui spesso si va incontro, pe' movimenti eccessivi, per l' azione delle arie poco salutari che si respirano ne' siti paludosi, e ne' boschi in Autunno, e pe' pericoli di ferimenti ed uccisioni a' quali si resta esposto; donde poscia le febbri infiammatorie, di mutazione, reumatiche, e periodiche, i smagramenti, le rotture di parti, la caduta de' denti ec. e dal più al meno a seconda della natura della caccia. Curino quindi i cacciatori andare in siti dove non s' incontrano arie nocive, vi vadano di giorno e di buon tempo, si guardino per quanto è possibile dalle alternative ed intemperie atmosferiche, non eccedano nel moto, si nutrano di sostanze succolenti, e siano attenti nel maneggio delle armi.

§. 149. *Pescatori*. La pesca altra salutare e dilettevole ginnastica non lascia di arrecar danni una volta che non si badi guardarsi alle intemperie atmosferiche, ai pericoli del mare e di certi siti, ai disaggi, ed alla nutrizione; di fatti sogliono essere malatie ordinarie de' pescatori le affezioni infiammatorie, le reumatiche, le cutanee, le febbri di mutazione, ed intermit-

tenti, le altarazioni umorali con depositi negli estremi ec. A qual oggetto sia a cuore de' pescatori il tenersi cautelati, e più di tutto da' cocenti raggi solari, a star lungi da arie malsane, a non asciugarsi sopra i vestiti bagnati di sudore, o di acqua di mare, a non nutrirsi sempre di pesce, che mena ad acri umorali, a non esporsi a tale esercizio senza conoscere i siti dove si va, e l' arte del nuoto.

§. 250. *Marinari*. La gente di mare per l' aria marina, per le intemperie alle quali resta esposta, per certi movimenti irregolari, pel vitto non fresco, e per la polizia che talvolta non può serbare, suole andar soggetta a febbri infiammatorie e reumatiche, a rotture e dissesti di parti, a dolori di capo, a vertigini, a vomiti ostinati, a stitichezze di ventre, ad eruzioni ed alterazioni cutanee, a vizj umorali, ad ipocondrie ec. Per conservarsi sana curi la polizia, mangi cibi salati per quanto meno è possibile, sia cautelata, e si guardi dagli eccessi di forza; a qual oggetto è buono per chi vuol prendere tal mestiere che vi si ponga da piccolo per ben istruirsi ed abituarsi. Per successivi avvisi si rilegga il §. 37.

§. 251. *Soldati*. Abbenchè la milizia in generale sia una salutare occupazione (§. 133), purtuttavia può rendersi nociva pe' disaggi, e soprattutto in tempo di guerra, per le malatie epidemiche, e sporatiche, come sono le reumatiche, le alterazioni e rotture di parti, la nostalgia etc. A qual oggetto i condottieri di milizia per conservarla in buono stato curino ai convenienti ricoveri per farla stare al coverto

delle intemperie atmosferiche, e per quanto le circostanze comportano; badino a ben regolare le cose necessarie alla vita, e soprattutto la polizia; cerchino tener lontane le cagioni morbose; e la molciscano di dolci speranze.

§. 252. *Lottatori*. Sebbene l'esercizio della lotta a giorni presenti sia quasi in disuso nelle attuali società, purtuttavia se mai vi fossero de' lottatori, i quali al dir di *Ramazzini* solevano andar soggetti ad apoplessie, sincopi cardiache, catarri soffocativi, rotture di parti, morti improvise ec., raccomanderemmo a non far nascere in loro molta pletora, cagione fra le altre potentissima per la produzione dell' enunciate sofferenze, a regolarmente usare delle cose necessarie alla vita, e ad essere attenti a curarsi subito da' dissesti.

§. 253. *Corridori*. I corridori di qualunque natura pel troppo moto sogliono soffrire asmi, rotture vascolari e più di tutto ne' polmoni e reni, donde l'emmottisi, il mitto cruento, gli aneurismi, le varici; distrazioni di parti, e quindi ernie e lussazioni, come ancora ostruzioni di milza etc. Per conservarsi sani corran meno, lo facciano a stomaco digiuno, e mai quando sono stanchi ulteriormente si defatichino; sian parchi nell' uso della venere; si nutrano di sostanze che sotto piccol volume contengono la necessaria nutrizione; usino un leggiero cinto di prevenzione; guardino dove camminano per non inciampare, ed una volta infermi si curino.

§. 254. *Facchini*. I facchini per cagione dell' arte loro sogliono andar soggetti a rotture

vascolari, a varici, ad ernie, a contorcimenti, e lussazioni, ad asmi, ad avvelenamenti, a contagioni ec. Quindi siano cauti a non sforzarsi al di là, a travagliare a stomaco digiuno; a portar meglio sulle spalle che sul capo, a trattar con cautela le sostanze velenose, ad evitare il trasporto delle merci con contagio; e sul dubbio dopo un untume di olio imprenderne il trasporto.

§.255. *Travagliatori di scavi sotterranei.* I travagliatori addetti a scavi sotterranei per i movimenti irregolari che debbono eseguire, per le alterazioni dell'aria, per l'azione delle sostanze con le quali vengono in contatto ec. sogliono soggiacere a distrazioni e rotture di parti, ad irritazioni ed ingorghi polmonali e di altre glandole, ad asfissie, a vertigini, a mali nervosi. Precisamente poi i cavaminiere ai mali secondo i metalli che trattano; i votacessi alle ottalmie e psorottalmie; i cava-pozzi a leucoflemmazie e ad artriti; i cava-pietre a tossi e ad ottalmie, come lo stesso avviene ad altri travagliatori fra polveri ec.; in ultimo sogliono spesso spesso restare spaventati dalla veduta di oggetti da loro non conosciuti; ed altra volta esangui vittime per la caduta delle volte sotto delle quali travagliano. Siano perciò salutari avvisi da prescegliersi fra i tanti detti 1.° a non eccedere ne' movimenti 2.° a fare rinnovare l'aria per mezzo di trombe, od altro qualora libero cammino non vi sia. 3.° travagliare poche ore del giorno. 4.° covrirsi in quelle parti con le quali si debbe essere in contatto con le sostanze venefiche, come sarebbero le maschere, gli stivali, i guanti

ec. 5.° attendere che le volte sian ferme, ed a non travagliare nelle mal sicure. 6.° nelle miniere di carbon fossile evitare le combustioni, usando le lanterne metalliche adatte alla circostanza. 7.° starvi con coraggio, 8.° usar buona nutrizione. 9.° Infermatosi appena curarsi, e lasciare il mestiere una volta che il proseguimento meni a sicuro male.

§.256. *Beccamorti.* Gli antichi beccamorti che si dividevano in tre classi *lavatori*, *untori*, *bruciatori*, (*pollinctores*, *succolatores*, *ustores*) erano meno soggetti a mali di quel che lo sono que' de' giorni presenti; i quali in molti siti oltra al dover portare su gli proprj omeri i cadaveri, debbono scenderli in seno delle sepolture, nelle quali si annida il seminio della putrefazione. È perciò che oltra delle offese degli eccessivi sforzi spesso sono rimasti asfissiati e morti dentro li stessi cavi; altra volta sono stati contagiati, ed affetti da febbri di pessima indole e corruttorie: son poi continui per tal classe i capo-giri, le nausee ec. Per ovviare a simili mali evitino gli sforzi, scendano nelle sepolture dopo aperte, e dopo che nuova aria in esse si è immessa, vadano muniti di aceto per le asfissie, si purghino spesso, e si nutrano di sostanze antisettiche; nel maneggiare i cadaveri, e precisamente que' con malatie contagiose, o con avvanzata putrefazione usino attenzione a non ispirare i gas che da' medesimi esalano, e si puliscano compiuta l'opera del sotterramento.

§.257. *Cavalcatori, e domatori di cavalli, e di altri animali.* Chi si addice a tali eser-

cizj pe' violenti e forti movimenti che debbe eseguire, e pe' pericoli di restare offeso dalla difesa degli esseri che brama domare, suole soffrire mali di petto, rotture vascolari di vario genere, distrazioni di parti, ernie, sciatiche, sterilità, infiammazioni di testicoli, paralisi e varici negli estremi, spiniti e conseguenze di tal malatia, emorroidi, ulceri nelle parti dove si siede, calpestìo, morsicature, e rabie. Badi perciò a mai eccedere ne' movimenti e ne' sforzi, a star sempre in guardia per non restare offeso, a farlo per poche ore ed a stomaco digiuno, in siti arenosi, e mai a solo, munendosi sempre de' necessarj arredi ec.

§. 258. *Fabbricatori*. I fabbricatori pel maneggio delle grosse pietre, della calce, e di altri oggetti di mestiere, non che per dovere essere quasi sempre esposti alle intemperie atmosferiche, a pericoli delle cadute de' corpi che trattano, come di precipitare dall' alto, sogliono andar soggetti ai mali degli eccessivi sforzi e delle intemperie dell' aria, (§§. 126, 61) a rotture, ad acciaccamenti a distrazioni, a morti per caduta, ad esiccamenti, ad infiammazioni, ad incallimento di parti ec. Quindi si procurino una sicurezza ne' siti dove travagliano, cerchino starvi con attenzione, non facciano molti sforzi, serbino cautela per quanto è possibile, evitino ispirare il polverio della calce, s'imbrattano di essa per quanto meno è possibile, e si curino nelle parti incallite, o diversamente ammalate.

§. 259. *Travagliatori nelle saline*. Tali artisti dice *Lanzoni* e *Ramanzini* sogliono soffri-

re cachessìe, idropisìe, piaghe nelle gambe, fame e sete insaziabili, febbri intermittenti, remittenti ec., e ciò per l' azione del sale, e per i prodotti delle alterazioni delle sostanze vegetabili ed animali che ivi si rinvengono. Quindi per ovviarvi cerchino tener pulite le vasche, travagliare sopra-vento, usare coverture negli arti, nutrirsi di sostanze valevoli ad attutire l' acrimonia muriatica, e curarsi nelle infermità.

§. 260. *Bagnajuoli*. I bagnajuoli pel trasporto dell' acqua, per l' apparecchio a farla calda quando così si vuole, e per la polizia che debbono dare a chi si bagna, sogliono infermare co' mali dell' eccessivo moto, e di alternativa di temperatura (§§.126, 61) con idropisìe, con cadute, e con malatie che possono meschiarsi da que' che si bagnano. Perciò badino a far forze moderate, a guardarsi dalle variazioni di temperatura, ad untarsi di olio prima di trattare certi bagnandi, ad asciugarsi quando sono matidi, a ben nutrirsi ec.

§. 261. *Servitori*. La gente di servizio dovendo dipendere dagli ordini de' rispettivi padroni, non v' è disaggio a cui non possa andar soggetta, e quindi non v' è particolar precetto a dare, tranne due generali, uno agli sig. padroni, di ricordarsi nel comandare che si tratta di loro simili; l' altro è diretto alla classe, ed è di evitare gli eccessi.

§.262. *Ballerini, e saltatori*. Per entrambe tali classi che sogliono soggiacere ai mali dell' eccessivo moto (§.126), a distrazioni, a rotture, ad estravasi, ed a morti, siano utili avvisi evitare gli eccessi, fare tali esercizj a stoma-

co digiuno, e buon sarebbe abbandonare tale inutile e pericoloso mestiere.

§. 263. *Schermidori*. I schermidori i quali sogliono soffrire gli effetti dell' eccessivo moto e que' delle alternative di temperatura (§§. 126, e 61), non che di potere esser feriti, badino ad evitare gli eccessi, si guardino dalle alternative aree, si muniscano di cinto di prevenzione per l' ernie, e fuggano i pericoli de' duelli, e delle disgrazie che nelle lezioni e pruove spesso sogliono aver luogo.

§. 264. *Spazzini*. I spazzini e più di tutto que' che a giorni presenti sono occupati a dar lustro ai suoli degli appartamenti con lo strofinio della cera, per ovviare agli effetti del moto eccessivo nelle parti più di ogn' altro occupate al travaglio, e precisamente alle emottisi spiniti ec., siano attenti ad evitare gli eccessi, a farlo a stomaco digiuno, ed a nutrirsi di sostanze non molto eccitanti.

§. 265. *Forniciai di gesso, e di calce*. I forniciai di gesso e di calce i quali pel calorico ed alternative di temperatura, pel polverio degli enunciati corpi, per gli sforzi che talvolta debbono fare, e pe' pericoli della caduta delle fornaci potendovi restar morti, sogliono infermare con malatie infiammatorie, stringimenti ed ingorghi polmonali, esiccamenti, mali di eccessivo moto ec. Badino quindi ad evitare l' eccessivo riscaldamento e moto, le alternative di temperatura, il polverio o 'l denso fumo che nelle combustioni si svolge, i luoghi stretti, la caduta delle fornaci; ed in ultimo usino nutrizione succolenta ed oleosa.

§. 266. *Ferrai, e travagliatori di metallo in grosso*. I ferrai, ed i travagliatori di altri metalli in grosso, che dal più al meno vi somigliano, pel fuoco delle fornaci, per le alternative di temperatura, per gli eccessi di moto, e per l'assorbimento degli effluvj metallici, sogliono andar soggetti a malatie infiammatorie di occhi e di torace, a stiticità ventrali, ad esiccamenti, a mali di eccessivo moto, ed a que' delle sostanze assorbite. Per andarne esenti scansino gli effluvj metallici, e de' carboni, non guardino molto i metalli roventi, guardino la cautela, siano in sito largo, evitino gli sforzi nel travaglio, si puliscano una volta imbrattati dagli ossidi nocivi, usino cibi succolenti ec. — Gli altri lavorieri di metalli in piccolo possono esser giovati in parte da' precetti su espressi, ben inteso che qualora non sono molto attivi è necessario che facciano moto come si dirà nell' art. successivo.

§. 267. *Fornai*. I fornai per la continua azione del fuoco e per le alternative di temperatura, sogliono andar soggetti a malatie infiaminatorie e reumatiche ad eruzioni cutanee, e se non godessero de' benefici effluvj del pan fresco, ad esiccamenti, e ad altri non pochi mali. Per conservarsi in salute evitino il molto riscaldamento, e le alternative di temperatura.

§. 268. *Panettieri*. I panettieri i quali pel polverio della farina, per l'apparecchio del pane, e per le alternative di temperatura sogliono soffrire astenesie, mali di petto e cutanei, e più di tutto pedicolari, torcimenti di gambe, infiammazioni, reumi ec., per andarne esen-

ti cerchino stare a stanze larghe, e sarebbe buona una maschera di velo in tempo dello stacciamento, non avendosi la conveniente macchina; usino polizia, e lavanda generale, e spesso; nell' apparecchio della pasta non faccino molte forze, e meglio sarebbero le macchine inventate all' uopo; non pongano a fermentar mai il pane ne' siti dove dormono; e siano attenti a guardarsi dalle alternative di temperatura.

§. 169. *Mugnaj*. Tal gente pel polverio che si sviluppa nella tritura del grano, pel rumore de' mulini, e per le forze che debbe fare nel caricare e scaricare, suole essere incommodata da mali cutanei, e più di tutto da' pedicolari, da que' di petto, e di stomaco; da sordie, da ernie; rotture, e slogamenti di parti. Per andarvi men soggetta usi polizia e lavande generali e spesse, per attutire l' attività delle onde sonore ponga un poco di bambagia nel meato uditivo esterno, faccia sforzi quanto meno può.

§. 270. *Crivellatori, e misuratori di biade*. I crivellatori e misuratori di biade pel polverio, e pel le forze che debbon durare sogliono soffrire mali cutanei e di petto, rotture di parti, reumi, infiammazioni ec. Per ovviarvi cerchino ciò fare in siti larghi, sopravento, usino polizia, ed evitino i molti sforzi, e le alternative di temperatura.

§. 271, *Travagliatori di legni diversi*. Tal classe suole andare soggetta ai mali dell' eccessivo moto (§. 126) ad alternative di temperatura (§. 61) a soluzioni di continuo; ed i travagliatori di *sottile* a mali di occhi. Sian per la stessa utili precetti, non eccedere nelle

fatiche, usar cautela quando si è riscaldato, badare a non offendersi, travagliare in siti giustamente luminosi ed a luce conveniente. I siti sarebbe buono che sian larghi per evitare cumolo di polverio. — Racconciandosi oggetti vecchi, si serbi attenzione a non contagiarsi in caso siano infetti, quando si debbono lavare, e sciorinare ad aria aperta, prima di farvi il necessario accomodo.

§. 272. *Macellaj*. I macellaj i quali per gli sforzi che spesso soglion durare nel maneggio degli animali, per gli effluvj che dagli stessi emanano, e precisamente quando sono ammalati o in quantità, sogliono soffrire mali di eccessivo moto, di alternative di temperatura, cutanei, febbri settiche ec.; a qual oggetto siano moderati nelle fatiche, quando gli animali sono infermi gli trattino con cautela, ne scansino il contatto quando son contagiati, siano cauti nelle alternative atmosferiche, abbiano un sito largo, ed un commodo pel getto degli escrementi, e continua acqua per lavare, serbino polizia con loro stessi.

§. 273. *Oleaj*. I travaliatori de' diversi oli di ulivi, di lino, di noci, nocelle, mandorle ec. dal più al meno sogliono essere incommodati da' mali derivanti dall' eccessivo moto, dalle alternative di temperatura, dall' untume, e da' gas che n' esalano; donde le varie soluzioni di continuo e distrazioni, le alterazioni umorali, i mali cutanei, que' di petto, alcune nevrosi ec. Simili travagliatori per evitare l' enunciato numero di mali eseguano il di loro mestiere in siti larghi e ne' quali possa liberamente rin-

novarsi l'aria, siano moderati nelle forze, serbino polizia sopra di essi e degli oggetti di uso, evitino le alternative atmosferiche. I conservatori di olio, e que' che dimorano in siti dove se ne brucia non lasciano di essere incommodati da' mali derivanti dall' untume e da que' de' gas nocivi; vale per questi più di tutto la polizia e 'l rinnovamento di aria.

§. 274. *Fabbri di varj grassi, ed olj animali.* L' esposto nel precedente paragrafo può valere pe' varj fabbri di grasso ed olj animali, avvertendo che tal classe suole più soffrire col petto, atteso il maggiore sviluppo di gas mercè l' azione del calorico.

§. 275. *Saponari.* I fabbri di sapone per l' untume di olio e sapone, pel polverio delle ceneri e calce, per i gas che nell' atto dell' apparecchio si sviluppano, per le alternative di temperatura, non che per l' eccesso di taluni movimenti, sogliono soggiacere a mali di petto, di cute, a reumi, a que' dell' eccessivo moto ec. Perciò curino ad essere in siti larghi e ne' quali l'aria vi abbia un libero accesso, evitino ispirare il polverio della calce e della cenere, non che i gas della bollizione, si cautelino nelle alternative di temperatura; siano moderati ne' movimenti; usino polizia.

§. 276. *Vinajuoli.* I travagliatori di vino oltra all'andar soggetti ai mali di eccessivo moto, sogliono soffrire l' azione de' gas vinosi, e della fermentazione come temulenze, asfissìe, apoplessìe, cago-giri, cefalalgie, ec. Per andarne esenti attendano a mai eccedere ne' movimenti, a non entrare ne' siti di depositi di vino, e di

fermentazioni vinose se prima non siano stati ventilati; come parimente a non travagliare il vino in luoghi chiusi. — Siano prontanei e buoni rimedj l'acido acetico con altri che hanno una quasi pari azione, l'ammoniaca, l'aria libera ec.

§. 277. *Vetraj*. I vetrai pel calorico avvanzato, per le alternative di temperatura, per l'azione de' gas delle combustioni, sogliono andar soggetti a fusioni umorali, a disseccamenti, a mali cutanei, e di petto, ad artritidi, reumi, ec. Tali artisti sarebbe buono che travaglino in siti larghi, ed in tempi freddi, che evitino le alternative di temperatura, e 'l polverio e gas nocivi, che usino cibi succolenti ec.

§. 278. *Osti*, *trattori*, *bottegai*, *cuochi* ec. La gente addetta a simili mestieri, pel le alternative di temperatnra, per l'eccessivo travaglio che talvolta deve durare, per la respirazione di arie non buone, per la irregolarità nel sonno, nella veglia, e nella nutrizione suole andar soggetta a mali reumatici, e di eccessivo moto, a nevrosi, ad asfissìe, a sofferenze toraciche, a nutrizioni irregolari ec. Per andarne esente si guardi dalle repentine alternative di temperatura; dagli eccessi di moto, dal respirare aria chiusa e malsana, dagli eccessi nella veglia, ed altra volta nel moto, e nella nutrizione.

§. 279. *Arazzieri*. Questi artisti pel dovere spesso montare in alto di volte o altro, pel polverio che sovente incontrano nel togliere certi panni da più tempo appesi; ed altra fiata per dovere stare più dell'usato; sogliono andar soggetti

a mali di eccessivo moto e di alternative di temperatura (§§. 126, 61), a cadute più o meno pericolose, a mali di petto, a que' della stazione prolungata ec, Per conservarsi sani montino sempre a stomaco digiuno, e quando godono buona salute, siano attenti a non cadere; procurino non eccedere ne' movimenti, guardarsi dalle alternative di temperatura, non farsi annebbiare dal polverio, riposare quando sono in obbligo di molto stare, ed evitar sempre le sostanze inebrianti.

§. 280. *Viaggiatori*. Poichè chi viaggia suole essere incommodato dai mali dell' eccessivo moto, dalle intemperie atmosferiche, dalle arie malsane, da' disaggi nella nutrizione; nel sonno e nella veglia, e da qualche triste affezione di spirito, curi perciò a non eccedere ne' movimenti, ad evitare le arie malsane, le intemperie atmosferiche, i pericoli, le tristi passioni; si procuri conveniente nutrizione, badando che sia eccitante nelle stagioni e siti freddi, succolenta e rinfrescante ne' caldi; abbia a cuore un competente riposo. In generale poi si soggiugne a non esporsi in viaggio se non in buona salute, e dovendolo fare infermo si faccia con l' ajuto dell' arte; che i viaggi nelle stagioni, e ne' climi temperati sono preferibili di que' comitati da diverse circostanze; ch' è meno pericoloso il giorno della notte; ch' è necessaria per chi viaggia l' anterior conoscenza de' siti che debbe percorrere, a fine di evitare i pericoli, e di potersi provvedere del necessario alla vita in caso ne manchi (*sapientis est praevidere futura*.

§. 281. Più dettagli si sarebbero aggiunti

all' articolo della classe sociale travagliatrice attiva, ma siccome qualche altra specie si può volentieri comprendere nelle sinora avvanzate, perciò non si è ulteriormente progredito, avendo creduto gli esposti sufficienti ed a bastanza per dar norma come conservarsi in buona e longeva salute.

ART. II.

Classe sociale meno attiva.

§. 282. Noveriamo il tal classe tutti coloro i quali nell' eseguire il qualunque siasi di loro mestiere in generale sono meno attivi della classe precedente. Vi si possono comprendere gli *esercenti i varj rami dell' arte salutare*, i *forensi*, gl' *impiegati in vario genere di scrittura*, i diversi *negozianti*, i *comici*, i *musici*, gli *stampatori* e *libraj*, i *travagliatori di lane*, i *tessitori*, i *maceratori e scardassatori di lino canape lana ec.*, i *cordai*, i *sartori*, e *racconciatori*, i *calzolaj e sellaj*, i *conciapelli*, i *pittori e tintori*, i *travagliatori di metalli e di vasellame*, i *colfatori*, i *tabaccari*, gli *amidaj*, i *cavamacchie*, le *lavandaje*, le *stiratrici*, i *cuochi*, i *confetturieri e caffettieri*, i *parrucchieri*, i *barbieri*, gli *arruotatori di coltelli*, gli *artisti di oggetti minuti*, i *carcerati* ec.

§. 283. *Esercenti varj rami dell' arte salutare*. (*Medici*, *chirurghi*, *farmacisti*, *droghieri*, *levatrici*, *infermieri*, *dentisti*, *salassatori*, *unzionisti*, *bagnajuoli* ec.)

a) I medici, ed i chirurghi per ovviare ai mali contagiosi e settici in generale, ai nosocomiali, ai carcerarj, ai navali, a quei di eccessivo moto, di alternativa di temperatura, di veglie protratte, di tristi affezioni di spirito ec., badino a sapersi preservare da' contagj, e da ciò che di nocivo sorte fuora dall'uomo sia trattando con infermi per curarli, sia facendola da ostetricante, da notomista etc.: pari attenzione si può serbare da coloro che assistono prigioni, ospedali, navigli ec. Per l' enunciate classi valgono i mezzi generali di preservamento, come si dirà, il coraggio, ed una regolarità nell' uso delle cose necessarie alla vita.

b) Le stesse precauzioni possono esser tenute dagli alunni apprendenti, dagl' infermieri, dalle levatrici, da' salassatori, dagli unzionisti, da' bagnajuoli, e da' dentisti qualora nelle medesime circostanze si trovano.

c) *Farmacisti*, *droghieri*, *erbajuoli*. Gl' individui di tali classi pe' gas, polverio, ed azione più o meno attiva delle sostanze con le quali hanno a fare, sogliono andar soggetti ad avvelenamenti di vario genere, ad alterazioni di parti, a mali di petto, di capo ec. Per andarne esenti attendano prima a ben conoscere la natura delle sostanze che trattano, poscia ad usar precauzione e più di tutto con le sospette, guardandosi dalle di loro esalazioni, polverio, contatto ec. Quindi son buoni i siti larghi e variamente ventilati, le maschere diverse ec.

§. 284. *Forensi* (*Magistrati*, *Oratori*, *Cancellieri*, *Notaj*, *sollecitatori di affari ec.*)

a) *Magistrati*. I Magistrati pel poco mo-

to che possono fare, per la continua occupazione nella quale debbono essere pel disimpegno degli affari delle di loro cariche, per la declamazione che talvolta debbono fare, e per le tristi affezioni di spirito dalle quali sogliono esser presi, possono andar soggetti a pletore e più di tutto addominali, ad affezioni emorroidarie, ad ingorghi di fegato e di milza, a mali di petto, di stomaco, di occhi, di nervi ec. Tal classe sociale per ben conservarsi in salute cerchi far moto quanto può, interrompa di quando in quando le sue occupazioni, si nutra di sostanze di facile assimilazione, e che danno vigoria nervosa, bensì ne sia parco l' uso, a fin sempre di favorire i travagli dello spirito, procuri facilitare l' escrezioni ventrali, serbi nel resto delle cose necessarie alla vita regolarità, e quando è inferma invochi l' ajuto di esperto nell' arte per torsi subito d' infado.

b) L' espresso pe' magistrati può valere pe' *cancellieri*, e *notaj*.

c) Gli *oratori*, ed i *sollecitatori* di *affari* più di tutto sian guardinghi a sapersi preservare dall' eccedere nell' attivarsi, e nell' accurarsi, potendo andar soggetti ad infiammazioni e rotture di vasi polmonali, a' mali di eccessivo moto, a que' delle tristi affezioni di spirito ec.; nel resto saran sempre giovati dal retto uso delle cose necessarie alla vita.

§.285. *Impiegati in vario genere di scrittura*. Chi è in tal mestiere pel troppo sedere, per la continuata occupazione nelle facoltà intellettuali, e negli organi della visione, suole andar soggetto ai mali di coloro che fan poco moto e

molto seggono, ed a que' che eccedono ne' travagli mentali, e che molto defatigano gli organi visivi. Per chi esercita simile occupazione siano utili avvisi, far moto per quanto è possibile, disimpegnare a riprese i travagli, nutrirsi di sostanze succolenti e di buona nutrizione, serbar facile l'esito ventrale, evitare il rimbalzo di molta luce, e l'eccessivo travaglio oculare, sedere non molto soffice per ovviare alle emorroidi nelle vie orinarie, nel sedere serbare posizioni regolari, ec.

§. 286. *Negozianti di vario genere*. La classe de' negozianti di vario genere suole soffrire pe' viaggi che debbe eseguire, per la molta attività, ed altra volta per la soverchia stazione, per dovere stare fra arie malsane, per le tristi affezioni di spirito, pe' pericoli di vario genere a' quali qualche ceto di essa dal più al meno suole restare esposto ec. Tali individui di sommo utile ed interesse alla società siano attenti a viaggiare con sicurezza e cautela, siano moderati qualora molto travaglio hanno a fare, evitino la protratta stazione, le arie malsane, le tristi affezioni di spirito, i pericoli ec. — Nella classe de' negozianti potendosi comprendere i *Ferravecchi*, per questi particolarmente si dice ad usare attenzione ai contagj, polverio, e ad altri coinquinamenti che fra gli oggetti di loro negozio vi si posson trovare; si raccomanda perciò la polizia, e lo sciorinamento, ad essere in luoghi larghi, ed isolati, a bagnarsi, ad ungersi di olio ec.

§. 287. *Comici* (*Cantori*, *declamatori*, *ballerini*, *zanni* ec.) Questa gente per gli sforzi

di loquela e di azioni, per le alternative di temperatura, per la respirazione di aria non buona com'è quella di certi teatri, per lo invertimento delle ore del sonno e della veglia, per la vita disordinata, suole soffrire infiammazioni, reumi, ernie, rotture vascolari e di altre parti, lussazioni, capo-giri, asfissìe; e 'l sesso emorragie uterine, convulsioni ec. Per ben conservarsi eviti gli eccessi nel cantare declamare ballare ed attivarsi in generale; usi in certe azioni la fascia di sicurezza; sia attenta a non esporsi a repentine alternative di temperatura; a farsi rinnovar l' aere ne' teatri stretti e non ventilati; ed in ultimo a compensare con prudenza le ore del sonno e della veglia.

§. 288. *Musici* (*Cantori, suonatori di strumenti di fiato, e di corde, di timpani* ec.) Gl'individui di tal classe per gli sforzi che soglion durare nelle parti addette alle funzioni respiratorie, ed in altre, per le alternative di temperatura, pe' forti suoni, e per la respirazione di aere malsano vanno spesso soggetti ai mali degli eccessi di moto (ben inteso che quando siedono troppo, sòglion soffrire astenesìe e pletore addominali), a que' di petto, a reumi, ad affezioni nervose, a sordìe ec. A qual oggetto ciascuno ciò esegua ch' è in sua possa, travagli con moderazione, eviti le alternative di temperatura, non si faccia suonar forte negli orecchi, e quando è in teatro si attenga ai precetti avvanzati nel §. preced., usi la bagnatura uniformemente ai precetti di *Galeno* e di *Ramazzini*.

§. 289. *Stampatori*. (*Compositori, torcolieri*).

a) Gli stampatori compositori per la vita stazionaria, per la continua occupazione con gli occhi, ed a vario lume, pel freddo-umido nelle mani nelle stagioni fredde, e per l' assorbimento dell' ossido de' caratteri e dello inchiostro, sogliono soffrire mali dello stare protratto, di occhi, di petto, di nervi ec. Per ovviarvi cerchino far moto ed in aria aperta quando lo possono, travaglino a luce diretta e mai in eccesso; nelle stagioni fredde cerchino avere un' amica temperatura; e per attutire l' azione delle sostanze assorbite si nutrano di cibi succolenti, di farinacei, e di latte.

b) *Torcolieri*. Questa classe per non andar soggetta a rotture di parti, ad artritidi, a reumi ec. eviti gli eccessi di moto e gli sforzi.

§. 290. *Libraj* (*Legatori*, *negozianti*)

a) *Legatori*. Poichè i legatori di libri sogliono più soffrire per la protratta stazione, sia perciò utile agl' istessi l' avvanzato per coloro che menano vita stazionaria. Parimente avvertano a non restare offesi dagli strumenti che adoperano.

b) *Negozianti di libri*. Per questi oltra l' avvanzato pe' negozionti in generale (§.286) vale l' essere attenti a non respirare il denso polverio che si eleva da' libri nel muoverli, quando per poca cura vi si è fatto raccogliere.

§. 291. *Travagliatori di lane*. Il ceto di tali lavorieri per andare esente dai mali del bestiame, da' quali spesso van contagiate le lane, da que' de' materiali che possono annidarvisi; da' cutanei, e più di tutto dalla spora, e da' quei di petto pel polverio che dalle lane

si eleva, da que' della vita sedentanea ec., curino a far lavare con acqua di mare certe lane sospette, facciano sciorinare in aria aperta le altre; travaglino in luoghi larghi; respirino con le narici; si nutrano con sostanze succolenti; facciano moto quando lo possono.

§. 292. *Tessitori*. I tessitori per gli urti e forze che debbono durare, pel polverio de' materiali tessuti, sogliono soffrire mali di petto, dolori articolari negli arti superiori, mali di occhi; le donne menorragie e flussi bianchi. Sian salutari mezzi non eccedere ne' travagli, fare riposo dopo pranzo, fatigare a stanze larghe, usar polizia ec.

§. 293. *Maceratori, e scardassatori di lino e canape*.

a) *Maceratori*. I maceratori di lino e canape sogliono soffrire gli effetti della stagione calda, delle alternative di temperatura, degli effluvj palustri, della fermentizione; a qual oggetto si pongano a travagliar sopra-vento, si nutrano di cibi sani, si purghino di quando in quando, ec.

b) *Scardassatori*. I scardassieri di lino canape lana ec. pel polverio che da tali merci si eleva sogliono avere mali di petto, di occhi, di cute, febbri periodiche ec.; siano attenti a preservarsene per quanto è possibile badando a travagliare in luoghi larghi, ad usar polizia, a respirare col naso, sebbene sarebbe ottima la maschera di velo; a nutrirsi di cibi succolenti, ad usare di quando in quando di qualche emetico, e non esser perenni nell' esercizio delle mentovate arti.

§. 294. *Sartori, e racconciatori.*

a) I sartori pel molto sedere curvo, e pel travaglio con le braccia, mani, ed occhi sogliono soffrire curvità, stiticità, emorroidi, sciatiche, zoppie, impotenze a camminare, paterecci, mali di occhi, e reumi qualora travaglino in luoghi non temperati, o si espongono senza riserva a repentine alternative di temperatura. Per istar bene curino seder dritti, ad intermediare il moto al travaglio, a non pungersi, a nutrirsi di cibi succolenti, a bagnarsi quando lo possono, ad evitare il travaglio a luce non chiara, o che si muova, o che sia troppa; a non esporsi a repentine alternative di temperatura ec.

b) I *racconciatori* seguano i precetti avvanzati. Per più, attendano a sciorinar sempre qualunque siasi vestito prima di rattopparlo per preservarsi da qualche agente nocivo che può annidarvisi.

§. 295. *Calzolaj*, e *sellaj*. Tali artisti pel molto sedere, per l' attività negli arti superiori, per l' umidità nelle mani in tempi freddi, pel pericolo di pungersi tagliarsi ec., e pel trattamento delle pelli, sogliono infermare con mali di chi molto siede, con curvità, reumi, patarecci, calli, stitticità. Per andarne esenti cerchino seder dritti, alzarsi di quando in quando, asciugarsi le mani subito bagnate, nelle stagioni fredde mantenersi una temperatura amica; gûardarsi di offendersi con gl' istrumenti che trattano; con mezzi guanti garantirsi dall' azione dello spago quando si tira, nutrirsi di sosostanze succolenti, usar polizia ec.

§. 296. *Conciapelli*. I conciapelli pe' gas

della putrefazione che si sviluppano dalle pelli, pel contatto che debbono avere con le medesime, e con le sostanze dell'apparecchio, si sogliono soggettare a mali settici, di cute, di petto, di nervi, ad ostruzioni, ad indurimenti di mani ec. Per ovviarvi travaglino in siti ventilati, e sopravento, usino polizia, ed ottimo sarebbe l' untume oleoso.

§. 297. *Cordaj*. Gl' individui addetti a tal mestiere per preservarsi dall' azione de' gas, e materiali che trattano travaglino in luoghi larghi e sopravento, usino sostanze acide, e polizia, adoperino guanti quando possono restare offesi nelle mani, e travaglino con moderazione.

§. 298. *Pittori, e tintori*. a) Affinchè i pittori sian lunge da' tremori di membra, da cachessìe, da ipocondrìe, da coliche, da ostruzioni di visceri, da alterazione ne' denti, e da perdita di odorato, malatie comuni al mestiere, mentre apparecchiansi i colori polverulenti usino le maschere di cristallo, siano a stanze larghe; pittandosi si ungan le mani quanto meno è possibile, non mettano, nè puliscano pennelli in bocca, applichino moderatamente, si nutrano di sostanze succolenti ec.

b) I *tintori* per evitare i mali di cute, di petto, di nervi, ed altri che possono derivare dall' azione delle varie sostanze e dalle tinte, badino a sapersi preservare dalle nocive, a travagliare in siti larghi, ad usar polizia ec.

§. 299. *Travagliatori di metalli*. I travagliatori di metalli in generale per i gas e polverio metallici, pe' rumori del battere, che si

richiede in certi, per gli sforzi che talvolta fa d'uopo impiegare in altri, per le alternative di temperatura alle quali si rimane spesso esposto, e pe' pericoli delle offese mecaniche, sogliono soffrire asfissìe, soffocamenti ed altre irritazioni polmonali, mali viscerali, cutanei, e nervosi, e più di tutto di occhi, e di orecchi, reumi, rotture ed altre soluzioni di continuo, acciaccamenti, scottature, callosità ec. Per preservarsi dalle enunciate sofferenze attendano a travagliare in siti larghi ne' quali l'aria vi abbia un libero ingresso, evitino gli effluvj e 'l polverio di certi conosciuti nocivi, le alternative di temperatura, i rincontri di potere restare offesi, gli sforzi, i forti suoni, ponendosi ne' meati uditivi un poco di cottone, usino cibi succolenti, polizia, competente riposo ec.

§.300. *Travagliatori di vasellame*. I travagliatori di vasellame infermar sogliono co' mali che derivano dal polverio delle argille, e delle vernici, con gli effluvj del piombo, del fuoco de' fornelli, ed altra volta col freddo-umido. Per conservarsi in salute faccino gli apparecchi in siti larghi e sopravento, quando con le mani debbesi travagliare nelle umidità, si serbi nel sito di dimora amica temperatura, evitino le alternative di quest' ultima, e nella state i cocenti raggi del sole. Usino sempre cibi succolenti ed oleosi per evitare le ostruzioni, ed azione astringente delle sostanze che trattano ec.

§. 301. *Solfatori*. I lavorieri di zolfo per non soggiacere a tossi, difficoltà di respiro, raucedini, mali di occhi, ec., scansino respirare i gas dello zolfo, cosa che si potrà otte-

nere usando la maschera di cristallo, e stando in siti larghi, e sopravento.

§. 302. *Tabaccari*. I travagliatori ed i negozianti di tabacco, non che chi ne usa, pel polverio, ed azione narcotica dello stesso, sogliono essere affetti da mali nervosi e più di tutto nel naso e negli occhi, da mali polmonali, da vomiti, da cachessìe ec. Per andarne esenti siano in siti larghi, in certi rincontri sarebbe buona la maschera di cristallo, di quando in quando vadano all' aria libera, respirino col naso; si sciacquino la bocca con aceto, usino cibi succolenti ed acidi, caffè ec. I negozianti evitino parimente il polverio, nè dormano dove dimora il tabacco. I tabbaccanti sarebbe buono che ne lascino l'uso, dovendosi considerare come rimedio anzicchè come cosa necessaria e quotidiana.

§. 303. *Amidai*. Gli amidaj pe' fetidi gas che si sviluppano dalla fermentazione del grano, ed altra volta pel polverio dell'apparecchio, soglion soffrire difficolta di respiro, tosse, capogiri ec. Per esentarsi da tanti mali travaglino in siti larghi, e sopravento; e sarebbero buone ambe le maschere di cristallo e di velo, la prima per gli apparecchi fermentativi, e l' altra pe' polverulenti.

§. 304. *Cavamacchie*. I cavamacchie pe' gas delle sostanze che adoperano, e per l' azione di esse sulle mani sogliono andar soggetti a mali nervosi, di petto, e di cute; è perciò che s' inculca a non respirare simili effluvj, a stare in siti larghi, ed a trattarle con attenzione per non restarne offesi.

§. 305. *Lavandaje, e stiratrici.*

a) Le *lavandaje* pel quasi continuo madore in cui sono, per gli sforzi di braccia e spina, per le alternative di temperatura, e per l'azione del liscio, sogliono soggiacere a reumi, a spiniti, a profluvj e prolassi uterini, ad idropisie, a mali di petto, di capo, di occhi; a restar contagiate da' panni che lavano ec. Per ben conservarsi evitino gli sforzi, le alternative di temperatura, il vapore, ed azione del liscio, almeno per quanto è possibile, tengano buone scarpe, si asciughino quando sono bagnate, usino buona nutrizione; in tempo d'inverno siano in amica temperatura.

b) Le *stiratrici* per gli sforzi di braccia e spina, per la stazione prolungata, per l'azione del fuoco, e delle alternative di temperatura, sogliono soffrire spiniti, mali di petto di vario genere, infiammazioni, reumi, menorragie scottature: perciò si guardino dagli sforzi e dalle alternative di temperatura, dalla troppa azione, si seggano di quando in quando.

§. 306. *Cuochi, confetturieri, caffettieri.* Simili artisti per la protratta stazione, per l'azione del fuoco e de' varj gas, e per le alternative di temprratura sogliono essere affetti da varici negli estremi, da infiammazioni, da reumi, e da mali di capo di petto, di arti ec.; a qual oggetto curino travagliare in siti larghi e sopravento, di quando in quando seggano, si guardino dalle alternative di temperatura, e si nutrano di cibi succolenti.

§. 307. *Parrucchieri, e Barbieri.*

a) I parrucchieri per la vita stazionaria,

per le alternative di temperatura, pel polverio e pel trattamento de' capelli di persone con mali contagiosi possono soffrire varici, malatie reumatiche, del cipro, di petto, di cute, contagiose ec. Per conservarsi bene cerchino non eccedere nella stazione, evitino le alternative di temperatura, il polverio del cipro, il trattamento de' capelli d'individui con malatie contagiose ec. A qual oggetto sarebbe buono che si untano sempre con olio di limoni o di cedro, e che prima di travagliare qualunque capello, per depurarlo, lo lavino con liscivio o con altro liquido non nocivo al pelame.

b) I barbieri parimente evitino la molta stazione, le alternative di temperatura, il freddo-umido nelle stagioni fredde, il tagliarsi la cute delle mani per pruova di vedere il taglio de' rasoj, e le persone con malatie contagiose, sebbene v'è il sapone che distrugge l'azione del contagio che col contatto potrebbero prendere.

§. 308. *Arruotatori di coltelli*. Gli artisti arrotini per la protratta stazione, pel continuo freddo-umido, e per lo star chini soglion soffrire edemi e varici negli estremi, reumi, idropisìe, mali di petto, curvità. Per ovviarvi seggano di quando in quando, siano in siti temperati nelle stagioni fredde, travaglino dritti per quanto più possono ec.

§. 309. *Artisti di oggetti minuti*. Gli artisti di oggetti minuti in generale per la vita sedentanea, per l'attenzione che debbono prestare con gli occhi sogliono patire astenesìe, ostruzioni di visceri, stiticità, emorroidi, sciatiche, mali di occhi di vario genere. Per istar bene

si nutrano cibi succolenti, facciano moto, si purghino quando sono stitici, travaglino sopra superficie verdi, usino occhiali e lenti quanto meno possono, ed in ultimo si accostumino a serbare posizioni regolari nel sedere, per conservare la vista, ed evitare le curvità.

§. 310. *Carcerati*. Per tal classe di gente sia generale avviso serbar per quanto è possibile regolarità nelle cose necessarie alla vita, e più di tutto nelle tristi affezioni di spirito e nell'aria. Per altri precetti si vegga nella successiva sezione il titolo *prigioni*.

§. 311. L'esposte erano le specie di arti da trattarsi in questo articolo: per le non compresevi possono valere i precetti dati per le simili.

§. 312. Col sin quì detto restano esauriti gli oggetti che riguardavano il come ben regolarsi negli affari di salute gli varj individui della classe sociale travagliatrice.

§. 313. Finalmente con l'aver dato avvisi per conservarsi in vita sana e longeva le classi agiata e travagliatrice resta esaurito l'oggetto della sezione uniformemente all'espresso nel piano generale, e nell'esposto nel cominciare a dire di essa.

SEZIONE III.

AVVISI PER BEN CONSERVARE LA SALUTE DE' POPOLI.

§. 314. Avendoci proposto di versare nella presente sezione su la maniera di ben conservare la salute de' popoli, uniformemente all'espresso nel piano generale, e nelle due precedenti, diremo in questa 1.° di *ciò che fa d' uopo per aver buone generazioni*, 2.° *per conservarle immuni dagli agenti nocivi*, 3.° *per ben regolarle gli andamenti delle cose necessarie alla vita*, 4.° *per avere ottime istituzioni salutari*.

CAP. I.

Mezzi per avere buone generazioni.

§. 315. Si avran buone generazioni qualora *i genitori sian sani e buoni, si accoppino in giusta età, e senza abusi, e quando durante la gravidanza parto ed allattamento si serbi la dovuta regolarità*. (§. 31.)

§. 316. (I) Poichè la salute della prole va modificata su quella de' genitori (Fisiologia), stando a quanto dalla sperienza de' secoli e da' maestri in arte vien detto, non dovrebbero andare a stato matrimoniale coloro che non godo-

no buona e sana vita, tali si reputano i folli, gli stupidi, gli epilettici, i tabidi, i rachitici, gli scrofolosi ec. ec.

§.317. (II) Non potendosi aver buona prole che nelle epoche nelle quali brilla il vigor della vita (Fisiologia), ne nasce che l' età regolari per lo stato matrimoniale sono da' 25 ai 50 anni per l' uomo, e da' 20 a' 40 per la donna: età anteriori o posteriori poco favoriscono chi vi si addice, e 'l ben essere della prole (§. 24.)

§. 318. (III) Il regolare uso nelle funzioni riproduttive non meno influisce sul ben essere de' genitori e della prole. Quindi vale a questo proposito la regolarità espressa nel §. 25 sul quando e come.

§. 319. (IV) Oltra de' precetti dati ne' §§. 26. e 27 per ben regolarsi ogni gravida, in tal sito si raccomanda di farsi rispettare le donne incinte tanto dal comune delle società, quanto da qualunque siasi magistrato, sospendendo ad esse le pene sino a che il nuovo prodotto non sia ben assicurato alla vita da non abbisognare più della madre; di accordarsi soccorsi in qualunque bisogno della vita; di premiarsi chi al lor pro opera, e di punirsi in vece chi le porti il menomo oltraggio; di risparmiarle dalle fatiche; di non farle esporre a pubblici spettacoli, corse, balli ec.; di non farle indossare busti stecche guardinfanti, scarpe con tacchi alti ec.; farle astenere dal vino, da liquori spiritosi, da caffè, ciccolatte, tè, ec.; non permetterle l' uso di rimedio di sorta veruna senza l' espresso prescritto medico ec.

§. 320. In continuazione dello stesso oggetto si soggiugne, che avvenendo che una donna gravida muoja, per salvare il feto, quando chiaramente si osservi che questo non sia ancor morto, conviene che si proceda all' operazione la quale debbe esser fatta a tenore degl' insegnamenti ostetrici ed a seconda delle circostanze ed epoca della gravidanza: nell' eseguirla si raccomanda di badar che la madre sia veramente morta, che interesse sia di dare al feto il santo battesimo, che dopo l'operazione le parti si chiudano onde non farle ricevere alterazioni in caso che la madre sopravviva essendo in morte apparente; in ultimo che essendo il piccolo vivo si pratichino le necessarie cautele per conservarlo alla luce, attesa la suscettibilità a vivere che hanno i feti prematuri: come avvenne a *Brouzet*, ed a *Fortunato Liceti* celebre letterato, il quale nacque di quattro mesi, e sopravvisse agli ottant' anni. — A chi tanto esegue accordar si dovrebbero onori e premj.

§. 321. È parimente oggetto da prendersi in considerazione in tal sito l'*aborto procurato*. E poichè suole avvenire che alcune donne che non dovrebbero o non vorrebbero impregnare lo vanno ad essere, è perciò che dalle stesse si osa tutto per sgomberarsi dal novello ospite che nel di loro seno alberga. Il provocar l' aboto essendo un reato contro ogni dritto, sia qualunque l' epoca nella quale si avveri dopo i primi istanti del concepimento, ne nasce che uniformemente al prescritto da tutte le leggi fa d' uopo 1.° stabilir severe pene contro chi di-

rettamente o indirettamente vi contribuisce; 2.° proibire lo smercio è la conoscenza delle sostanze, e de' metodi di far abortire; 3.° dare case di asilo alle gravide, e proteggerle onde siano al coperto di qualunque bisogno, o maltrattamento che aver possano; 4.° assicurare la prole senza mai forzare per la conoscenza de' genitori.

§. 322. (V). Spesso dipendendo dalla funzione del parto la vita della madre e della prole conviene badare a farla ben riuscire; a qual oggetto 1.° in ogni paese sarebbe mestieri che vi sia qualche professore ostetrico, e delle madrine esperte; 2.° che si faccia ordine che nessuna donna partorisca senza l' ajuto della levatrice a fine di potersi prestare agli bisogni dell' occorrente; 3.° che le povere sian trattate a spese della comune; ne' paesi popolati può rimediare a tali bisogni l' ospedale di maternità.

§. 323. (VI). Dopo il parto siccome le donne restano come inferme e precisamente nell' utero, così abbisognano di una certa cautela e cura; è perciò che convien che si assistano e che si facci ad esse serbare una regolarità uniforme al di loro stato, a qual oggetto sarebbe ben fatto eliminare le gozzoviglie battesimali che in certi siti si praticano, l' affollamento della gente, le tristi affezioni di spirito, le fatiche intempestive, il presto sortir da casa, l' esporsi agli uffizj conjugali etc. etc.

§. 324. (VII). Dopo il detto sull' allattamento nel §. 30. converrebbe 1.° non permettersi l' allattamento mercenario senza un assoluto bisogno contestato almeno da quattro esperti e,

probi nell' arte salutare, 2.° fissare determinate leggi per le nutrici, 3.° fare rispettare chi allatta co' bambini.

§. 325. Poichè i novelli della razza umana al pari di que' delle altre abbisognano di cure non poche, dopo l' avvanzato nella prima sezione sull' educazione delle prime età (§. 210) s' inculca 1.° che ogni individuo e più di tutto i genitori apprezzino i figli della specie, e vi prodigalizzino tutte le possibili cure pel di loro ben essere, badando che sia lunge dagli stessi tutto ciò che può nuocere tanto relativamente alle cose necessarie del vita, quanto sul resto che può riguardarli: 2.° attendere all' educazione delle prime e successive età uniformemente all' esposto ne' §§. 210 e seguenti sino al §. 221.

§. 326. Per ovviare a certi infanticidi che possono nascere dopo i parti, sarebbe espediente che in tutti i paesi, od almeno ne' più popolati, vi sia un pubblico sito nel quale segretamente si possano portare i bambini che nascono i quali si vuole che s' ignorino; come ancora che conoscendosi chi ve li abbia portati si abbia come persona ignota e non si molesti. Tali figli di amore dovrebbero essere cresciuti a spese dello stato ed utilmente adoperati come si dirà.

§. 327. Favorisce l' oggetto della buona generazione la *fecondità* degl' individui. Senza entrare in perquisizioni se la poligamia contribuisca o no ad accrescere le popolazioni, essendo un oggetto questo non ammesso dalla nostra santa Religione, diciamo solamente al proposito, che prima di contrarsi un matrimonio sarebbe buono che gli sposi si facciano osservare da abile pro-

fessore il quale assicuri per quanto può essere a sua probabil conoscenza della futura fertilità o sterilità de' sposi, ed indi uniformemente permettersi o proibirsi un matrimonio. Corrisponde allo scopo il detestamento che bisogna inculcare agli appetiti depravati, ed alla dissolutezza, curare le malatie delle parti sessuali di entrambi i sessi, proibire la castrazione adoperata senza una urgente malatia sotto qualunque siasi titolo; come sarebbe conducente favorire i matrimonj di persone che si amano, togliere il procrastinamento agli sponsali, ajutare gl' infelici etc.

§. 328. È per l' enunciate ragioni che permettere non si dovrebbe un certo ceto fra il femineo dedicato a laidi piaceri; o pure quando si crede doversi tollerare sarebbe espediente rinculario in determinati luoghi e scrupolosamente sorvegliarlo, a fine di essere al il sicuro la salute, e la pubblica morale; allora converrebbe stabilire de' magistrati espressamente adatti all' oggetto con convenienti statuti.

§. 329. Per quanto lo stato matrimoniale favorisca la moltiplicazione e 'l ben essere degl' individui di uno stato, altrettanto è poco confacente il *celibato* quando non si addice ad altre utili opere a pro dell' umanità; a qual oggetto gli scapoli e coloro che possono menar moglie e nol fanno dovrebbero esser condannati a pene pecuniarie a pro de' matrimonj de'poveri. (Frank).

§. 330. Non solo interessa che in dettaglio si abbia a cuore le salute della prole, ma sarebbe buono che vi sia una esatta *statistica* de'nati, de' morti, degl' infermi, e della natura delle malatie ad oggetto di conoscere lo stato della salute de'popoli, e di ciò che fa d'uopo per prosperarla.

§.331. Dopo l'espresso in questo Capitolo si può conchiudere che la *generazione* sarà favorita qualora si serbi una regolarità ne' matrimonj e funzioni che vi han relazione; quando si assicuri un trattamento alle gravide e puerpere; quando de' piccoli se ne prenda la necessaria cura, ed in generale quando si abbia interesse per tutto ciò che vi ha rapporto.

CAP. II.

Cure generali per ben regolare gli andamenti delle cose necessarie alla vita de' popoli.

§.332. Nel dire del come regolare con salutari principj le cose necessarie alla vita de' popoli, dopo l' avvanzato nell' art. III del II. Cap. della prima Sezione, nel presente si prenderà in considerazione lo insieme di ogni titolo ivi esposto, e poscia si aggiugnerà ciò che conviene relativamente all' oggetto generale che si tratta.

§. 333. *Aria*. Partendo dall' esposto sul conto dell' aria nel corrispondente titolo della sezione, per avere i popoli buona aria si attenda al *sito* de' paesi, al *fabbricato*, ed alla *polizia*.

§. 334. *Sito de' paesi*. Sian messi i paesi in siti salutari, da poter fornire il necessario alla vita, e da essere scevri da pericoli. Per la scelta de' siti salubri ed abbondanti di ciò che necessità alla vita si può tener presente l' avvanzato nel titolo *aria*. Pe' pericoli si attenda a porlo al sicuro dalle inondazioni con ripari e canali; a fuggire i luoghi ne' quali è solito

che succedono spesse meteore atmosferiche e terrestri, rimediando a queste, come si dirà, in caso già piantato si trovi; ed a garantirlo convenientemente da'mali che possono esserle cagionati da qualunque siasi agente nocivo come in appresso si dettaglierà.

§. 335. *Fabbricato de' paesi*. Sia primo oggetto nel fabbricare un paese darle una *figura regolare*, renderlo suscettibile d' *ingrandimento*, e farle avere una *sicurezza di solidità*, e *di custodia*. Poscia si badi che abbia i commodi necessarj alla vita cioè *acque abbondanti e di vario genere*, *case commode e sane*, *buone strade*, *piazze*, *magazzini*, *chiese*, *ospedali*, *amene passeggiate*, *sepolture*, *cloache*, *campagne*, etc.

§. 336. *Forma*. La *forma* più regolare suscettibile d' ingrandimento, e più commoda per fissare le strade, le abitazioni ec. reputiamo che sia la quadrata, potendosi fissare i quattro lati ai quattro venti cardinali con quattro corrispondenti porte, e crescere ogni lato con la stessa suscettibilità come si è formato, senza mai perdere la dovuta regolarità e forma le strade e tutto il resto del paese.

§. 337. *Sicurezza de' paesi*. I.° *Sicurezza di solidità*. La *sicurezza nella solidità* di un paese conviene che si derivi dalla natura del suolo, dai materiali che si adoperano, e dalla costruzione delle fabbriche; a qual oggetto i paesi che han per base il dorso di un monte sarebbero i più sicuri, se dalla mancanza delle acque, o dall' accessibilità difficile non fossero contriati. Noi su tale oggetto ci rimettiamo allo

studio delle opere di architettura, e degli esperti in tal mestiere. Per altro le colline sarebbero le migliori sotto tutti i rapporti.

§. 338. II.° *Sicurezza di custodia*. La *custodia* di un paese è buono che parta dalla sua costruzione, sebbene debbe del tutto derivare dalla cura degli abitanti; trovando non regolare limitare il paese di mura le quali impediscono il successivo ingrandimento, vietano il libero cammino di aria, tolgono la risorsa a scappare agli abitanti una volta che la bisogna lo imponga ec.; sarebbe però espediente che nel paese si entri dalle sole porte e le case ai limiti di esso abbiano lo ingresso dalle vie interne. Le quali porte dovrebbero essere larghe, emblemate appena da due baloardi laterali, e senza arcate e chiusure. In conveniente distanza d'intorno intorno al paese, qualora si trattasse di piazza di armi, si posson fissare le fortificazioni per la dimora di soldatesca, di guardie ec.

§.339. *Acqua*. L'*acqua* essendo una delle interessanti e necessarie cose alla vita (§.107) conviene che sul suo conto vi si attenda qualora si vogli badare alla conservazione della salute de' popoli, perciò si cerchi che in tutti i paesi vi abbondi, e sempre ve ne sia da bastare in caso abbia a mancare ne' fonti ordinarj; quindi è buono averne di varia origine come sarebbe di sorgenti, di pioggia, di fiume, se ve n'è ec.; è parimente conducente che ne' paesi vi siano pozzi fontane e conserve per uso pubblico, e da bastare almeno per un anno, e poscia che s'inculchi ad ogni particolare ad aver cura di fabbricarsi nella propria casa de' ripo-

stigli di acqua. Atteso l'enunciato sarebbe espediente.

1. Stabilire una magistratura incaricata a sorvegliare le acque.

2. Precisare quali sono le potabili, e quali le nocive.

3. Attendere a vederle almeno una volta in ciascun anno, onde conoscere le alterazioni che possono ricevere.

4. Provocare la costruzione de' luoghi di depuramento.

5. Determinare le acque nelle quali si possono stabilire de' lavori, macerazioni ec., e proire altronde che se ne facciano in quelle destinate ad uso potabile.

6. Vietare che le latrine siano nelle vicinanze de' pozzi pe' trasudamenti e rotture che vi possono accadere.

7. Badare alla natura de' materiali delle fabriche e de' condotti per non comunicarle alterazioni.

8. Proibire i pozzi vicini alle paludi attesocchè è sempre acqua non buona, feltrandosi ordinariamente per strati di terra non atta al depuramento.

9. Attendere alla polizia e ventilazione di tutt' i depositi di acqua, ed almeno una volta l'anno provocarne il nettamento.

10. Stabilire gravissime pene contro chi osi corrompere qualunque siasi acqua ec.

§. 340. *Case*. Per le *case* si può serbare l'espresso nel §. 53; ben inteso che relativamente al ben essere del popolo converrebbe che sian messe in simmetria ed in giusta distan-

za, che abbino quasi tutte la stessa altezza la quale è sempre condotta che poggi sopra la sicurezza de' possibili pericoli; che siano tutte imbiancate dal di fuora, e non diano alle strade impedimento di sorta veruna, come di sporger fuori grade, colonne, balconi, canali, tegole, tetti ec.

§. 341. *Strade*. Le *strade* siccome interessano il commercio interno ed esterno de' paesi, è perciò che sotto doppio aspetto convien che si prendano in considerazione. Quindi si attenda.

1. Che siano larghe a bastanza pel tragitto a piedi ed a cavallo.

2. Che la costruzione sia fatta in modo che in mezzo vi sia un dorso pel passaggio delle vetture e degli animali da soma, e che negli estremi tanto per non nuocere alle mura delle case quanto per commodo di chi cammina a piedi vi sia un certo rialto da formare due marciapiedi, fra i quali ed i lati del dorso vi dovrebbero essere i declivi per lo scorrer delle acque.

3 Che tutte le strade siano *selciate* e più di tutto le interne, ad oggetto di ovviarsi al fango, al polverio, al ristagno di acque ec. Non potendosi nelle esterne si può fare il sostrato di pietre e lapillo per opporre resistenza al guasto che il traffico vi porta.

4. Che sian rette per quanto è possibile togliendo le curve, appianando i rialti e le scoscese.

5. Che per l'esterne, per non ismarrirle in tempo di notte o di neve, per avere ombra di està, e meno freddo e vento d'inverno sarebbe

buono piantarvi degli alberi nelle parti laterali. Tale espediente non lascerebbe di giovare per i prodotti delle piantaggioni. Nelle strade interne è lodevolissimo l' uso de' lanternoni per tenerle illuminate di notte.

6. Che il porvi i passi miliarj è cosa ottima per dar conoscenza ai viaggiatori delle distanze.

7. Che siano ben tenute, incaricando persone all' oggetto, le quali riparino ad ogni guasto che avvenga.

8. Che sian serbate pulite, cosa che importa lo spazzarle togliendovi ogni sostanza immonda, il vietare ogni gitto di corpi, rottami od altro, e l' inaffiarle di està, almeno nello interno de' paesi.

9. Che in caso che speculatori non vi siano, fissare de' carri destinati pel trasporto delle immondezze in siti distanti dall' abitato nelle vicine campagne.

10. Che avvenendo che sulle strade muojano animali, questi dopo l'ispezione dell' uffiziale di sanità portarsi dove dallo stesso sarà destinato; potendosi gettare i piccoli nelle cloache o nelle immondezze.

11. Che sian vietati i fossati per ovviare al ristagno di acque ed alla caduta di persone.

12. Che siano fissati de' regolamenti pel mantenimento e pel traggitto delle strade e tanto per lo giorno quanto per la notte, affichè ognuno che vi traffica sia al sicuro di tutto. Quindi è buono che le vetture o gli animali da soma portino de' sonagli di giorno, e di notte oltra de' medesimi una lanterna.

13. Che abbiano una sicurezza da non ricevere onta veruna chi vi traggitta, ed insiememente che trovi pronti soccorsi. Cosa che si potrebbe ottenere fissando delle guardie a determinate distanze.

§. 342. In più siti de' paesi, e precisamente de' popolati, sarebbe buono che vi siano delle *piazze* per gli oggetti comuni di giornaliera vendita. Queste sarebbe conducente che stiano in siti isolati per ovviare alle arie nocive che ne sorgono, che siano larghe e coperte ne' dintorni, a fine di potervi bene stare i venditori ed i compratori ne' tempi piovosi; che queste coverture siano alte e poggianti sopra semplici colonne ed arcate per facilitare il giro dell' aria. Sarebbe del pari espediente che sian chiuse, o sia che vi si entri per determinate porte larghe e commode, per potersi sorvegliare ciò che vi entra e vi sorte, per l'esazione de' dazj ec.; che siano selciate, che diano commodo ricetto a tutti i venditori, e compratori, che si tengano pulite sorvegliate ec.

§. 343. *Magazzini*. Poichè è prudenza che in ogni paese vi siano le necessarie providigioni per i bisogni della vita, e ne' commercianti i depositi degli oggetti di negozio, ne nasce che v' è necessità di locali di conservazione. E siccome molte sostanze per le esalazioni e per i pericoli è necessario che sian lunge dalle abitazioni, così sarebbe ottimo provvedimento quello di avere simili locali in un determinato sito de' paesi da essere al sicuro e da non potere nuocere. La di loro costruzione dovrebbe farsi in modo da corrispondere a tutti gli oggetti che

gli riguardano, come p. esempio sarebbe la freschezza, la ventilazione, la luce e non luce ec. Maggiore attensione ripor si dovrebbe ne' combustibili sul conto de' quali oltra alla costruzione sarebbe espediente che si badi alla custodia.

§. 344. *Chiese*. In ogni paese dovendovi essere delle chiese, queste per ben corrispondere al di loro oggetto sarebbe conducente che siano in siti accessibili a tutti; isolate e lunge da' rumori popolari; larghe per la pubblica commodità; con più porte che aprano da dentro in fuora, acciocchè in caso di affollamento ognuno possa liberamente sortirne; che siano scevre da sepolture; e che si fumighino e spazzino in ogni giorno.

§. 345. *Ospedali*. Sarebbe ottimo consiglio quello di farvi essere in ogni paese popolato degli ospedali, luoghi sacri all' asilo dell'egra umanità in bisogno. Il sito dovrebbe essere fuori dell' abitato per giovare agl' infermi e non esser di nocumento ai sani. Per la costruzione e resto che può riguardare tali luoghi si può attendere a quanto si dirà nel cap. delle istituzioni salutari.

§. 346. *Sepolture*. Siccome non istà bene che i morti coabitino co' vivi, per non esser questi danneggiati dalle esalazioni della putrefazione de' corpi de' primi, sarebbe espediente, come quasi oggigiorno si è adottato da per tutto, lo stabilimento de'campisanti; a qual oggetto badar si dovrebbe.

1. Stabilir per campisanti luoghi distanti dall' abitato ed in sito da non potere nuocere

alle acque sorgive o correnti di qualche paese.

2. Fare l'inumazione a terra e senza cassa, procurando che il cadavere sia spogliato, e la terra di quelle che volentieri distruggono i carcami animali.

3. Dare al camposanto uno spazio proporzionato alla popolazione, e tanto che un sito non si possa di nuovo scavare se non passati al dieci anni; tranne i casi di contagio, quando ne' luoghi dove sono stati sepolti i contagiati non si deve mai più scavare.

4. Procurare che la terra sia in molta profondità, poichè l'inumazione mai dovrebbe esser meno di sei palmi.

5. Attendere che il sito de' camposanti sia opposto ai venti dominanti nel paese per non portarvi sopra esalazioni nocive.

6. Farvi intorno intorno delle piantaggioni di alberi pel doppio oggetto, di avere corpi assorbenti e danti esalazioni salutari.

7. Fissarvi delle mura da non potersi sormontare da animali, e stabilirvi delle aperture con cancelli di ferro, ed a venti opposti pel libero giuoco di aria.

8. Porvi accanto una chiesa, ed una camera pel deposito de' morti prima di sotterrarsi, onde ovviare alle morti apparenti come si dirà. Questa stanza dovrebbe essere proporzionata al numero degli abitanti del paese, lucida in tempo di giorno, ed illuminata di notte. La temperatura di 20 gr. di R. La porta della stessa da potersi chiudere da fuora ed aprire liberamente da dentro. Vi dovrebbe essere un giuoco di cam-

panelli per dar segno quando qualche cadavere risorge ec.

9. Stabilirvi un custode con convenienti regolamenti ec. ec.

§. 347. *Cloache*. Le cloache (la di cui istituzione rimonta ai tempi di *Tarquinio* il superbo, il quale il primo le fece costruire in Roma con gran lusso, avendole fatte fabbricare di mattoni, e grandi da poterci camminare un uomo a cavallo) sarebbe ottimo che vi siano in ogni paese, a fine di potersi raccogliere e portare fuori lo sterquilinio, ed altre immondezze; in queste però converrebbe che vi s'introduca dell'acqua per dar corso ai corpi duri. Se v'è prossimo il mare o fiumi se ne dovrebbe diriggere il corso verso di questi; badando a non farlo quante volte abbisognino le acque agli usi di qualche Città. Se poi vi manchino si possono far metter foce in grandi fossati distanti dall'abitato, i quali a norma che si sono empiti dovrebbero essere nettati, potendosene ritrarre un'ottimo concime per le campagne.

§.348. Se son necessarie le pubbliche cloache, lo sono di più quelle delle case particolari, di modo che non vi dovrebbe essere abitazione senza il suo particolar cesso, il quale dovrebbe sboccare nelle comuni cloache, avvertendo alla sicurezza de' condotti. Allora non si vedrebbe lo sterquilinio sulle pubbliche strade.

§. 349. Parimente sarebbe mestieri che in ogni paese vi sia un determinato sito dove potersi gittare e raccogliere le immondezze, da potere servir poscia di concime ai campi. Que-

sto dovrebbe essere distante ed in luoghi da non ledere gli abitanti del paese con i gas che se ne sviluppano, come sarebbe qualche cupa valle messa sottovento de' siti abitati.

§. 350. *Amene passeggiate*. Sebbene le larghe strade e le piazze servir possano per passeggiata, purtuttavia sarebbe ottimo avere ne' borghi de' paesi qualche sito per passeggiata con piantaggioni e graziose vedute. Tali siti giovano e pel moto, e per la purità dell' aria, e pel diletto che arrecano.

§. 351. *Bagni*. Poichè i bagni giovano per la polizia e ben essere corporeo e come rimedj, sarebbe buono che in ogni paese ve ne siano de' pubblici con adattati regolamenti. In generale dovrebbero essere in determinati luoghi accessibili e sicuri, la costruzione de' bagni sia di mare sia entro terra converrebbe che venga assicurata da esperti periti, e sorvegliata da persone incaricate. Una volta che si voglino fare simili stabilimenti converrebbe che si badi alla natura delle acque, ai mezzi per darvi la conveniente temperatura e mineralizzazione volendosi, alla polizia e decenza del locale, alla maniera di bagnarsi degli avventori, agli obblighi che da questi, e da' manutensori del locale si debbono soddisfare ec. Perciò bisognerebbero acque abbondanti, luoghi per lo scolo dopo che han servito alla bagnatura, un medico che vi sorvegli per determinarne l' indicazione e la controindicazione, e ne' bagni di mare nuotatori per accorrere agli sommersi ec.

§. 352. *Campagne*. Nella costruzione de' paesi attender si dovrebbe a porli in mezzo a

campagne salubri e feraci di risultati necessarj alla vita, altrimenti se ne abbisognerà, e le mancanze non lasciano di refluir male alla salute de' popoli, e sebbene vi possa rimediare il commercio, pure è migliore non abbisognarne. Perciò si cerchi che fra paese e paese vi sia una determinata distanza per aver sufficienti campi per istabilirvi le necessarie piantaggioni.

§. 353. *Polizia de' paesi*. Può formare oggetto di polizia de' paesi lo *spazzamento e l' innaffiamento*, *la cura di certi animali*, *e sostanze suscettibili a fermentare*, *i venditori*, *i patiboli*, *i fiumi*.

§. 354. *Spazzamento*, *ed innaffiamento di strade*. Affinche le strade si conservino pulite e non si dia luogo a fermentazioni od altro sarebbe ottima cosa che si spazzino spesso, e per ovviare al polverio in tempo di està che si inaffino. I risultamenti dello spazzamento dovrebbero o portarsi nelle vicine campagne, o ne' depositi delle immondezze.

§. 355. A questo proposito proibir si dovrebbe il gitto di materiali nelle strade, dandosi ordine di serbarli pe' netta strade, o per gittarli ne' carri di trasporto di simili oggetti.

§. 356. Se lo spazzamento e polizia si raccomanda per le pubbliche strade, non è men necessario che si prenda in considerazione nelle case particolari, nelle quali talvolta regna tanto il sudiciume da far nausea. Ciò ad oggetto di ovviare a qualche morboso fomite che da simili luoghi suole sorgere; come ancora per guardar la salute di que' scioperati che o non la curano, o non sanno conoscere i danni che possono derivare dal di loro stato.

§. 357. *Animali nocivi e buoni*. Siccome l'uomo ha speso a fare con varj animali, ora per soddisfare a proprj bisogni, ed altra volta per difendersi dalle di loro insidie, perciò si raccomanda.

1.° Che trattandosi di animali domestici che si allevano per commodi della vita come sono cavalli, asini, vacche, pecore, majali, oche, galline, piccioni etc., questi non è buono che convivano con l'uomo attesa l'alterazione che inducono nell'aria ambiente, ed i pericoli e cui si va soggetto con certuni. È perciò che sarebbe espediente che si tengano segregati ed in modo da non far sentire il di loro tanfo; e che nel trattarli si attenda a non restarne nociuto. Quindi valgono all'uopo gli orti, le campagne, la custodia ec.

2.° Per ovviare poi all'azione nociva di altri co' quali o per azzardo può uno imbattersi, o dall'audacia di essi può esser vittima, sarebbe necessario che si sappia quali sono i nocivi, e più di tutto del paese che si abita; come sarebbe di pari interesse che si conoscano i mezzi per rimediar subito all'azione nociva di certuni, che non danno tempo per accorrervi l'ajuto dell'arte.

3. Per le succennate ragioni converrebbe provocar lo sterminio de' veramente perniciosi dando guidendoni agli uccissori.

4. Conoscendosi l'esistenza di un animale nocivo sotto qualunque riguardo, ciascuno si dovrebbe credere nel dovere di farlo noto alla pubblica autorità per le disposizioni del necessario sulla cattura, sulla natura della morte ec.

— A questo proposito si rincarisce sull' idrofobi i quali possono rendersi micidialissimi una volta che subito non si accorra a pronti e saldi ripari. All' oggetto s' incalca 1.° il rinserramento, e poscia la cura, la quale non potendosi eseguire o riuscendo pericolosa l' animale debbe essere tosto messo a morte e bruciato, o seppellito come si dirà pe' cadaveri de' contagiati. 2.° Guarito o morto un animale idrofobo si devenga allo spurgo de' luoghi dov' è stato, il quale debbe essere fatto come si dirà pe' contagj. 3 gli animali sospetti di contagio dovrebbero essere rinchiusi e con la massima scrupolosità guardati onde vedere se idrofobia in essi si sviluppa; come fa d' uopo tenere in osservazione il contagiatore per conoscere se effettivamente era o no tale. 4.° affinchè ognuno possa essere nel caso di guardarsi dagl' idrofobi converrebbe che se ne abbia una comun conoscenza (1) come per potersi rimediar subito al male, ri-

(1) Ecco un sommario di sintomi che sogliono aver luogo nella malatia.

Tristezza - amor per la solitudine, ed oscurità, orrore per la luce - aversione per i cibi, e più di tutto per le bevande, e per ciò che vi si somiglia - spsosatezza irrequieta con cammino vacillante ma per dritti sentieri -- secrezione accresciuta ed alterata nella bocca occhi e naso -- lingua sordida e poscia plumbea sporgente in fuori -- pustole livide sottolinguali -- cute arida e pallida -- pelame ispido -- negli animali abbassamento di orecchi e di coda -- occhi prima tristi e lacrimosi, poscia rossi e furiosi -- propensione a mordere ed a sputare -- circolazio-

cevuto converrebbe del pari darsene una pubblica istruzione (2) 5.° In generale proibirsi di

---

ne irritata -- segrezioni ed escrezioni alterate -- voce varia -- sonni irrequieti, e turbati da orribili sogni, donde il brontolo l'urlo il lamento -- affezioni convulsive di vario genere con delirio talvolta furioso, poscia morte. -- (*Plenk*, *Eneaux*, *Chaussier Orfila* ec.)

(2) Avveratosi di essere stato contagiato con idrofobia, si cerchi curare subito la parte e poscia il tutto. Alla parte contagiata si applichi un caustico; ed una coppa scarificata ne' siti arteriosi; si procuri in seguito di proteggere la suppurazione; si pratichi poscia l'unto mercuriale, il quale può surrogarsi quando l'ustione e la suppurazione possono riuscire pericolose.

Per cura generale *Fr. du Choisel* e *Plenk* commendano l'uso de' mercuriali interni ed esterni, stabilendo spesse evacuazioni, il primo conta più di 300 guarigioni fatte con tal metodo -- *Stochar* raccomanda le cantaridi. -- *Richter* vuole l'uso della bella donna. -- *Iebesic* in 12 casi trovò utili le mandorle amare. -- *Chuzel*, e *Brugnatelli* si son lodati dell'uso del cloro internamente ed esternamente. Successivamente si son trovate utili la posca, la radice di alisma plantago usata nella dose di uno scropolo per giorno, e la cauterizzazione delle pustole sottolinguali, il fosforo, l'ammoniaca, la potassa, l'anagallide arvense, la fenicea, i bagni ec. (*Orfila*, *Chiaverini* ec.)

Oltra dell'esposto localmente, prima di venire all'uso di uno qualunque degli enunciati metodi si stabiliscano le convenienti evacuazioni de' materiali morbosi in caso la bisogna il richiegga come sono l'emesi, la catarsi, l'emeto-catarsi, il salasso ec.

andar vagando animali pe' paesi senza guida, chiamando responsabili di ogni danno i padroni ed i custodi di essi.

§. 358. Essendosi conosciuto che la macerazione la putrefazione e la fermentazione di qualunque siasi sostanza portano alterazione all'atmosfera circostante, sarebbe perciò espediente che tutte quelle arti per le quali fu d'uopo di simili processi siano in luoghi separati dall' abitato (Tali si reputano i macelli, le concerie, le fabbriche di sapone, di sevo, di amido, le lavandaje, i baccalajuoli, i friggitori ec.); come parimente converrebbe che qualunque siasi cumulamento di sostanza che possa portare alterazione lo sia fuori dell' abitato; ed i corpi morti vengano gittati nelle collezioni d' immondezze o nelle cloache.

§. 359. *Venditori*. Per una pubblica decenza, per avere una sicura sorveglianza, e per ovviare alle alterazioni che certi generi portati in giro pe' paesi arrecano, uniformemente all' espreseo nel §. 342 converrebbe che la vendita di tali sostanze sia fatta ne' mercati.

§. 360. *Patiboli*. È mal fatto lasciarsi i giustiziati per molto tempo sopra i patiboli, poichè fra le altre ragioni l' aere d' intorno si coinquina di materiali settici, e l' innocente passaggiere ne riceve danno. Quindi il termine delle 24 ore secondo il prescritto nel XXI cap. del Deuteronomio è il migliore da seguirsi in simili casi.

§. 361. *Fiumi*, *laghi*, e *paludi*. Essendovi de' paesi vicino a fiumi laghi o paludi si attenda

1.° a favorire il corso de' fiumi nettandoli da ciò che può impedirle il cammino, o farli straripare

2.° rendere sicuro il varco de' medesimi con ponti, o con legni da trasporto.

3. porre al coperto i paesi dalle inondazioni (§. 334.)

4. procurare di dare scolo alle acque de' laghi o paludi, dovendosi considerar micidiale ogni acqua che ristagna con materiali da poter fermentare.

§. 362. *Cibo* e *bevanda*. In seguito a quanto si è espresso nel titolo corrispondente della prima sezione, per ovviare ai mali che dalla ignoranza o dalle frodi possono dirivare attender si dovrebbe;

1. A Determinare uniformemente al clima ed ai prodotti di un paese qual è il cibo più confacente alla conservazione della buona salute del popolo, e qual' è il nocivo, facendolo conoscere con pubblici editti, nè mai permettere la vendita di una nuova sostanza senza il permesso della magistratura medica.

2. Non far fare la vendita delle sostanze nutrizie se non a determinati siti (§. 342), ed in seguito della ispezione di uno incaricato.

3. Ad essere sommamente guardingo nel dar permesso alla vendita delle carni, badando che non siano di animali morti da contagio, o per altro mezzo sospetto, che sian fresche, che provengano da sani pascoli, che siano di giusta età, non molto grascie ne magre, non da animali mentre sono in amore, o dopo lunga rissa: per la regolare esecuzione di ciò converrebbe che i macelli siano pubblici ed ispezionati

da una autorità la quale parimente dovrebbe regolare la morte, e certi apparecchi come sono le confezioni de' salami, de' grassi ec.

4.° Fare che la vendita delle sostanze alimentizie non manchi per potersene provvedere chi ne abbisogna, badando alle necessarie annone.

§. 363. Non minore attenzione aver si debbe con le altre sostanze alimentari di natura animale, quali sono il *latte* il *butirro* le *uova* i *sanguinacci* i *formaggi* i *grassi* i *pesci alcuni volatili ec.*

a) *Latte*. Essendo ottimo per la razza umana il latte di vacca di pecora di asina e di cavalla (§. 92), converrebbe che in ogni paese vi siano de' pubblici siti ne' quali si venda latte. Questo sarebbe desiderabile che sia sempre fresco, e che si ricavi da animali sani e ben pasciuti; che ne' luoghi dove si ripone vi sia la conveniente sicurezza come sono i soli vasi di argilla di vetro, o di cristallo; e che dovendosi destinare per uso medico sia puro, e di un solo animale.

b) *Butirro*. Pel butirro si attenda a non permetterne la vendita quando è rancido, o diversamente alterato; e che la sua conservazione sia lunge da' vasi metallici.

c) *Formaggi*. Relativamente ai formaggi si guardi alla natura del latte, il quale dovrebbe essere di animali sani e di buoni pascoli, e non manifatturato in vasi metallici. Quindi dovrebbe non permettersi la vendita de' formaggi d'ignota provenienza o alterati sotto qualunque siasi forma.

d) *Uova*. Stando all'espresso nel §. 93 non si dovrebbe permettere la vendita che delle sole uova fresche; come si dovrebbe vietare quella delle passate e delle colorate, le quali oltra ai principj della parte colorante, sogliono esser vendute già invecchiate.

e) *Sanguinacci*. Essendo in uso in certi paesi i sanguinacci, affinchè si sia al sicuro di ogni frode, sarebbe buono che il sangue sia di dati animali e sani, condito con semplicità, ed apparecchiato in presenza dell'autorità costituita.

f) *Grassi*. Non meno cautela converrebbe che si serbi pe' grassi, dovendosi badare che siano di dati animali, sani, scevri di alterazioni, e mai rancidi.

g) *Volatili*. Oltra il detto su tal punto ne' §§. 87, 89, 90 si avverte che quando si dedicano ad uso di cibo sian freschi e nettati dalle interiora per ovviare all'azione delle varie sostanze che possono contenervisi.

h) *Pesci*. Su i pesci si badi alla freschezza, per essere scevri di malatie, non morti con sostanze velenose, non mentre sono in fregola, non nutriti in luoghi dove vi sono sostanze nocive alla salute umana. Sarebbe buono che i salati non si mangino, per le alterazioni che da tale apparecchio ricevono, e pei danni che alla salute arrecano.

§. 364. *Vegetabili*. Poichè i vegetabili formano una gran parte della nutrizione della razza umana, vi si rincarisca onde siano buoni: più di tutto si raccomanda usare attenzione su i grani, legumi, frutti ec.

a) *Grani*. Sul grano che forma la base della nutrizione della specie si attenda.

1. A non farne mai succedere mancanza per non incorrere ai mali della carestia.

2. Vietare la vendita del grano guasto, o con segale cornuta, o rafania, o golpe o carbone, o ruggine, o lolio temulento, o rafano rusticano, o veccia, o vilucchio, o papavero erratico, o fioraliso, o thlapsi ec. (sebbene questi ultimi cinque non siano tanto nocivi), ad oggetto di ovviare ai mali ai quali menano l'enunciate unioni. Perciò conviene attendere come conviene alla semina, ed alla raccolta.

3. Procurare la costruzione di ottimi granaj per la conservazione di tale seme.

4. Proibire ai mugnai il negozio di farina, per non incorrere a frodi, in vece chiamarli responsabili de' danni che possono nascere dalla farina da essi apparecchiata qualora la derivino da grani non buoni o meschiati ad altre sostanze.

5. Inculcare una buona costruzione di mulini per la tritura.

6. Sorvegliare la qualità delle farine affinchè non siano guaste, ed affinchè siano giustamente sottili, e scevre da corpi eterogenei.

7. Vigilare alla confezione del pane (§. 102.)

8. Sia detto lo stesso per altri semi farinacei che possono addirsi ad uso di pane, o altro.

b) *Legumi*. Pe' legumi si badi che siano buoni, che non ne manchino, e che se ne trovino vendibili da per tutto, proibendo lo smercio de' nocivi.

c) *Frutta*. Le frutta fresche o secche s' inculchi che siano raccolte giustamente mature, che le fradicie vengano proibite a vendersi, e che gli apparecchi pel disseccamento od altro non vi portino alterazione. È parimente prudenza il farle abbondare, e quindi il promuoverne la coltivazione.

d) *Erbe mangiative*. Le varie erbe trovate buone per uso de' cibi è prudenza che siano abbondanti in tutti i siti, poichè soddisfano agli bisogni della nutrizione, e giovano alla salute.

e) *Condimenti*. Checchè possa dirsi a pro de' condimenti (*aromi*) noi brameremmo che l' uso di essi sia parco (§. 103). Intanto converrebbe sorvegliarli e non permettere la vendita degli alterati, o de' troppo forti e dannosi.

f) *Funghi*. Essendo i funghi un cibo equivoco (§.84) il miglior partito sarebbe di proibirne del tutto la vendita; o almeno limitarla ai soli conosciuti innocui.

g) *Apparecchio de' cibi*. Degli apparecchi si commendino i più semplici (§.101) e buon sarebbe se le mense dubbie non si permettessero.

h) *Conservazione de' cibi*. Si procuri di aver sempre cibi freschi. Dovendosi conservare, si prescelgano i metodi che vi portano meno alterazione (§.100).

§. 365. *Bevanda*. In continuazione dell' avvanzato nel titolo corrispondente si rincarisce in tal sito dicendo.

1.° Che sia unico oggetto di non far mai mancare nella dovuta bontà e quantità la bevanda naturale, l' acqua (§. 107).

2.° Che i liquori spiritosi dovrebbero considerarsi come rimedj; e che qualora l' af-

fare non si vogli portare a tal punto di veduta, per rendere utili benefizj all' umanità si badi alla natura de' fattori, agli apparecchi, a renderli scevri da qualunque siasi sostanza eterogenea, a non permettere lo smercio se non de' conosciuti, e più di tutto se sono provenienti da siti esteri, alla maniera di conservarli ec.

3.° Che le varie decozioni di caffè, tè, ciccolatte ec. siano parimente considerate come rimedj (§. 121) e quindi nocive alla conservazione della salute de' popoli qualora divengano di uso giornaliero e comune.

§. 366. *Vasellame*. Il miglior vasellame essendo quello di argilla, di vetro, o di cristallo (§. 122) sarebbe ottimo provvedimento generalizzarne l' uso; e per ovviare ai mali che dagli ordinarj si soglion ricevere converrebbe dichiarare responsabili gli artisti della riuscita della stagnatura di que' di rame ottone ec.; ed i cuochi rei di veneficio qualora preparassero in vasi da potere dare alterazione alle sostanze che apprestano.

§. 367. *Intemperanza*. Essendo l' intemperanza cagione di moltiplici mali, sarebbe utile che su i cibi e sulle bevande si diano da coloro che governano popoli disposizioni per regolarmente usarne; e più di tutto per certi giorni festivi come sono i natalizj, gli onomastici, i primi della educazione de' figli, i nuzziali, que' di doni considerevoli, que' del S. Natale, del Capodanno, della S. Pasqua, del carnovale, di certi morti ec. Sullo stesso oggetto sarebbe buono stabilire degli ordini cavalereschi per premiare i *continenti ed i sobrj*, come fecero fra gli altri gli Sigg. *Sigismondo Dietrichstein*,

e *Maurizio Langravio d' Asia* ec. Come ancora tornerebbe di buon esempio non ammettere ai pubblici impieghi ed onori gl' intemperanti. Ed in ultimo stabilire delle pene soprattutto per gli ubbriachi.

§. 368. *Movimenti.* Dopo il detto nel corrispondente titolo della prima sezione sulle varie classi e specie di moto, in tal sito si raccomanda a favorire quelle che giovano alla salute.

§. 369. Sotto la denominazione e titolo di movimenti comprendiamo i *pubblici spettacoli.* Questi potendo esser varj, in generele si raccomanda la sicurezza de' luoghi, la commodità, la salubrità, e la buona direzione di essi.

§. 370. *Teatri.* I teatri siti di pubblici spettacoli, ne' quali sempre varie classi sociali si riuniscono conviene.

1. che siano attentamente sorvegliati da abili persone tanto per la sicurezza del fabricato, quanto per la quiete, e tranquillità fra gli spettatori.

2. che i teatri siano isolati tanto per commodo di chi vi va, quanto per la pubblica sicurezza.

3. che il fabbricato oltra alla solidità, sarebbe mestieri che sia al sicuro d' incendiarsi, giustamente largo, e con siti numerati per evitare gli affollamenti, ben ventilato, e sollevato dal suolo, e con più aperture per facilitare il regresso della gente le quali aperture al pari di quelle delle chiese sarebbe ottimo che si aprano da dentro in fuora

4. che i teatri sian mantenuti con la massima polizia; a qual oggetto s' inculca il gior-

naliero spazzamento, le fumicazioni disinfettanti dopo gli spettacoli, la libera circolazione dell' aria.

5. che le rappresentazioni dilettino ed istruiscano, in tal modo riusciranno doppiamente giovevoli (*omne tulit punctum qui miscuit utile dulci lectorem delectando pariterque monendo*. Orazio). A tal proposito le rappresentazioni di certe azioni nefande o tragiche sarebbe buono che siano bandite da' teatri, a fine di scanzare le sinistre idee di imitazione che negli animi de' spettatori potrebbero svegliarsi.

§. 371. Gli spettacoli de' combattimenti di certi animali detti comunemente feroci, que' de' gladiatori e lottatori; i saltatori di terra e di corda, i montatori la *coccagna*; la scesa strisciando dall' alto di un monte ec. son divertimenti quali oltra ad alterar la fantasia, ed a molti nuocere, sanno di barbarie da non doversi permettere.

§. 372. Per quel che può riguardare la *quiete* può seguirsi il detto nel corrispondente titolo della prima sezione, badando sempre ad evitare gli eccessi.

§. 373. *Sonno* e *veglia*. Pel sonno e per la veglia è conducente attenersi al suo titolo nella prima sezione, o sia, che il giorno coi suoi crepuscoli debbe esser per la veglia, e la notte pel riposo; perciò i rumori notturni non debbono permettersi per non disturbare l' altrui quiete. Parimente dovendosi destare dal sonno persone per qualunque siasi oggetto, converrebbe che si faccia piano per iscansare i mali che dalle violente emozioni possono nascere.

§. 374. *Escrezioni*, *ritenzioni*, ed *escretoritenzioni*. Su tali articoli essendosene a sufficienza parlato nel titolo corrispondente, perciò si può seguire il prescritto ivi.

§. 375. *Affezioni dello spirito*. Sarebbe ottimo che le affezioni di spirito vengano regolate come nel titolo corrispondente, procurandone i mezzi.

§. 376. *Educazione*. Atteso la stato d' ignoranza nel quale nasce l' Uomo, per averlo buono individuo sociale conviene educarlo. A qual oggetto interessa l' attendere alla educazione, da questa dipendendo la sua felicità od infelicità. Più di tutto si rincarisce su gli oggetti che riguardano la salute, non essendo nostro scopo il versare su di altro. Perciò reputar si dovrebbe interessante

1. attenersi all' esposto nel titolo corrispondente della prima sezione.

2. attendere alla educazione de' genitori dovendo essere di esempio alla futura prole, e non permetter mai lo stato matrimoniale, se fra le conoscenze che si reputano doverose, non vi siano quelle che riguardano la propria educazione e quella dalla futura prole.

3. chiamare responsabili i genitori della riuscita della prole, dandole ne' bisogni braccio forte per secondare l' oggetto della educazione.

4. procurare la conoscenza de' commodi della vita che l' industria sociale ha saputo escogitare.

5. proteggere ed incoraggiare le produzioni e le classi sociali le più utili e necessarie al ben essere de' popoli.

§. 377. Più di tutto poi contribuisce all' ottima educazione de' popoli una buona educazione sullo scibile umano. E siccome non è nella possa di tutti il poterselo procurare, perciò in ogni paese vi dovrebbero essere de' pubblici insegnamenti gratuiti, e più o meno estesi a norma della popolazione. Affinchè poi riescir possano utili e salutari converrebbe attendere

1. all'età quando i piccioli possono cominciare a frequentare le scuole, poichè se troppo presto vi si addicono la di loro economia ne resta svantaggiata e vi acquistano aversione (§. 210. q.)

2. all' orario di occupazione, avvertendo che non sia molto esteso, ne in ore irregolari,

3. a determinare lo insegnamento all' età, ed alla capacità, fissandone varie scuole e classi.

4. incoraggiare gli alunni più abili.

5. Dare de' giorni di riposo a norma delle stagioni.

6. affidare la direzione delle scuole a persone conosciute per probità, morale, dottrina, e zelo.

7. Badare, che il sito delle scuole sia in luogo salubre, e scevro da rumori popolari e distrazioni, che il fabbricato oltra della sicurezza dia i necessarj commodi tanto per le varie scuole, quanto pel resto di cui si può abbisognare; che tali luoghi siano tenuti con la massima polizia, e spesso spesso ispezionati nella manutenzione, onde subito potersi accorrere colle necessarie rifazioni in caso pericolino.

8. a norma delle stagioni modificar la temperatura delle scuole

9. tener separati gli alunni di sesso diverso

10. non permettere l' ingresso nelle scuole di persone con malatie contaggiose, e sino a che non se ne siano del tutto liberati, cosa che debbe attestare onesto ed esperto perito nell' arte salutare.

11. parimente bandir dalle scuole quelli alunni i quali sotto qualunque siasi riguardo viziosi, possono riuscire di danno, e di scandalo agli altri.

12. per l' espresso, e per altre ragioni che ben comprender si possono, converrebbe non permettere le unioni segrete tra certi alunni.

13. la scelta de' maestri non dovrebbe essere diversa da quella de' direttori.

14. per ovviare allo scorno che ricevono certi scolari rimpetto ad altri nel vestito, e per non vedere un sudiciume in certuni, sarebbe buono che tutti vestano un uniforme semplice e decente

15. qualora allo insegnamento si voglia accoppiare la permanenza della gioventù nello stesso sito (collegj) allora all' avvanzato per lo insegnamento conviene attenersi a ben regolare tutto il resto delle cose necessarie alla vita al domicilio ec.

§. 378. Dopo il detto nel presente capitolo si può conchiudere che la salute de' popoli sarà ben guardata qualora si serbino convenientemente i dati precetti

CAP. III.

Vedute generali per preservare la salute de' popoli dall' azione degli oggetti nocivi.

§. 379. Partendo dall' espresso nella prima sezione sull' oggetto in disamina (sez. 1. cap. 11. art. 11.) in continuazione di dettagli, si dirà in generale di ciò che fu d' uopo per ovviare all' azione degli aggenti nocivi *fisici*, *morali*, *sociali*, ed *alle morti apparenti*.

§. 380. *Agenti nocivi fisici*. Si noverano in tal sito nella classe degli agenti nocivi fisici la *caduta de' corpi* con pericolo de' circostanti, *gl' incendj*, *la navigazione*, *le inondazioni le frane*, *le varie sorte di arma*, gli *sforzi ne' travagli*, le *arie malsane*, gli *animali dannosi*, de *sostanze velenose*, le *meteore* i *contagj*. Si badi quindi

1. a far sorvegliare da persone esperte tutti i siti suscettibili a poter cadere, a fine di potervi portare pronto riparo, e prevenire i danni che ne possono nascere

2. attendere alla costruzione de' paesi, e delle case per farle andare esenti dagl' incendj; chiamando responsabili de' danni gli autori di essi; evitare che i materiali combustibili siano in mezzo dell' abitato o in vicinanze da nuocere; potendosi incendiare anche spontaneamente; istruire delle persone per poter estinguere gl' incendj in caso di bisogno, sebbene sarebbe espediente che ne' paesi grandi ve ne sia di guardia un dato numero. — Porre le polveriere in distanza

con conveniente fabricato e regolamento, come far lo stesso co' magazzini ed arsenali. Nel trasportarla si facci con cautela ed a poco, prevenendo il pubblico a scostarsi trattandosi di passaggio di polvere.

3. prender cura e proteggere la navigazione con stabilimento de' legni di scorta, e tutela pe' mari, e di passaggio pe' fiumi, senza obbliare di estender l' uso de' ponti dove si può.

4. uniformemente allo scritto ne' §§. 334, e 361 tener netto il corso de' fiumi e far degli argini sicuri verso l' abitato per le inondazioni.

5. Vietare sotto rigorose pene l' esportazione di qualunque siasi arma, e non permetterne l' uso se non di determinate ed a persone di conosciuta probità.

6. Fissare delle pene a chi per isforzi di fatiche od altro soffre disgrazie, a tenore della che parte volontariamente vi avrà presa, avendole potute con certezza evitare.

7. gli animali che con la di loro dimora nell' abitato corromper possono l' aere, sarebbe buono che si tengano fuori. Gli feroci ed inutili, gli velenosi, gli contagiosi e non suscettibili di rinserramento e medicatura, e gli altri sotto variato aspetto nocivi serebbe ottimo che vengan distrutti dando de' premj agli uccisori. Insiememente sarebbe conducente che il pubblico ne abbia conoscenza per potersene guardare. Parimente non si dovrebbe permettere il giro di qualunque siasi animale per l' abitato tranne i necessarj, i quali dovrebbero esser condotti da persone, restando responsabili di ogni danno che cagionar possono

8. Procurare che il sito, il clima, le acque, i corpi alterabili, le arti malsane etc., siano modificate o tolte per non riuscire nocive.

9. Prevenire gli avvelenamenti, non permettendo la vendita di sostanze velenose se non a persone autorizzate; non darsi se non a conosciute, e per solo uso di arti; sottoporre a severe pene gli avvelenatori, siano di qualunque natura, come confetturieri, pittori, coloratori etc., i quali usano sostanze velenose in vece di innocue; ed a questo proposito sarebbe ottimo un regolamento il quale dia norma all' oggetto; come sotto questo riguardo converrebbe seriamente badare all' esercizio salutare e più di tutto al farmaceutico onde i rimedj siano buoni e regolarmente dati; raccomandare la sezione de' cadaveri morti con sospetto di veneficio; premiare chi scopre un antitodo, o un avvelenamento successo; dar conoscenza de' veleni co' corrispondenti mezzi per potersene ognun guardare e preservare (1).

---

(1) Avvenuto un avvelenamento qualunque si può badare a quanto segue.

S' è per le vie stomatiche si diano emetici, vegetabili nelle sostanze velenose minerali, e minerali nelle vegetabili.

Se si trova passato nelle intestine si dia un purgante oleoso-mucillagginoso ne' veleni acri, salino ne' narcotici e settici.

Se si sia introdotto per le vie respiratorie si faccino ispirare gas da contrariarne l' azione.

Se per la cute, si adoperi il caustico, la coppa scarificata, il succiamento, l' applicazione di particolare antitodo in caso si conosca, la legatura ec.

10. Per ovviare alle meteore converrebbe attendere alla scelta de' siti, alla costruzione, ed alla ricerca de' mezzi per andarne esente; a questo proposito si son commendati i parafulmini

---

Cio fatto si attenda a curare o le consequenze de' veleni cacciati in caso siano sortiti, o la parte di essi assorbita con l'azione in iscena.

La prima parte va curata col salasso in caso d' infiammazioni nate, con bevande macilagginose e zuccherate, con brodi, con latte, bagni etc.

Si adempie alla seconda dando dipiglio a conosciuti ed utili evacuanti; a particolari antitodi, e ad i dissesti locali e diatesici.

I dissesti diatesici si curano a norma della indicazione o evacuante, o anti-irritativa, o eccitante ec. quindi i purganti, gli emetici, i salassi, i nervini etc. debbono essere adoperati quando sono richiesti. — I mali locali parimente debbono essere trattati a seconda della circostanza.

Per le singole classi di veleni poi in generale si dice.

1. che ne' veleni irritanti valgono l'acqua, le bevande mucilagginose, gli alimenti non conditi ne' salsi etc

2. che ne' veleni narcotici giovano gli emetici, gli emeto-catartici, le bevande acide, il caffè, i cristei irritanti, i salassi ec.

3. che ne' veleni narcotico-acri oltre i suddetti antitodi interessar debbono i mucillagginosi, e gl'involventi

4. che ne' veleni settici si debbe far uso de' così detti antisettici locali e generali.

Per connoscenze poi su particolari antitodi si soggiunge

a) che ne' veleni acidi giovano gli assorbenti

intorno alle Città per prevenire le tempeste ed i fulmini, e'l generalizzamento di essi da per tutto ne può somministrare sufficiente pruova.

Per ovviare ai terremoti si è trovato che

---

ed involventi, come la magnesia, il liscivio, le bevande mucillagginose. In que' di acido prussico gli emetici, il caffè, l'olio di trementina ec.

b) che negli alcalini sono antitodi gli acidi allungati.

c) che negli arsenicali, nitrici, di bismuto, di oro, e di zico con successo si sono adoperate l'acqua solforata, quella di calce allungata, la mucillagginosa ec.

d) che in que' di piombo e di barite han giovato le acque con solfati di vario genere come il sale inglese.

e) che negli antimoniali convengono le decozioni di corteccia di china, di quercia, ed altre con acido gallico.

f) che ne' veleni argentei vale l'acqua salata.

g) che ne' mercuriali si sono ben amministrate le chiara di uova, il latte, il glutine etc. Lo stesso può valere per quei di rame.

h) che ne' funghi è conducente dare gli emetici antimoniali, i catartici oleosi, l'etere, il bagno ec.

i) che negli avvelenamenti con cantaridi è commendevole l'uso de' demulcenti, involventi, mucillagginosi ec.

k) che in que' dell'alcoole son buoni gli emetici, gli acidi, l'acqua fredda ec.

l) che ne' veleni di stagno sono proficui gl'involventi.

m) *Thomas* raccomanda come antitodo per l'avvelenamento di alcuni pesci in certe stagioni la polvere di Dower, *Clark* il pepe di Spagna ec. ec.

valgono le grandi cave nelle vicinanze degli abitati, le quali potrebbero ben dirsi *paraterremoti* (*Scuderi*, *Frank*); Con tal mezzo di fatti i Romani assicurarono da' tremuoti il *Campidoglio*, i Saraceni la Città di *Granata* nell' andalusia: ed in Persia lo stesso avvenne nella Città di *Tours* ec. Per quietare le tempeste di mare giusta l' avviso di Plinio si è raccomandato il getto di una quantità di olio (§. 37.)

— Si soggiunge all' oggetto che sarebbe buono che espressamente uomini di genio si occupino tanto per escogitare mezzi onde ovviare a' danni delle meteore, quanto a prevenire il pubblico della di loro sopravegnenza per guardarsene; di fatto si conosce che i terremoti sogliono essere annunziati nella razza umana da movimenti colvulsivi, da dolori di testa, da deliquj, da ansietà, ed al dir di *Seneca*, da certe follie: prima de' tremuoti sogliono comparire particolari insetti che poscia spariscono; lo stesso si osserva in mare in certi pesci, mentre altri ne muojono. Le oche, i polli, i pavoni, i piccioni ed altri volatili domestici spaventati da ciò che presentono e sovrasta soglion fuggirsene alla volta delle montagne, gli uccelli si mettono in posizioni da star guardinghi, ed i chiusi in gabbie svolazzano intimoriti. I topi sbucando si raccolgono in gran numero e vanno errando qua e là. Si osserva alterazione nelle acque. L' aere s' ingombra di secca caligine che sa di material resinoso, imperversano i venti, e si marcano varie meteore. Si sentono sotterranei fragori. Il mare suole innalzarsi, e da esso soglion sortire colonne di fuoco. Gli stromenti

elettrici fanno mostra di grande elettricità, come ancora tutti gli oggetti sustettibili a caricarsene. L'ago magnetico perde talvolta la sua polarità etc. etc.

§.381. *Contagj*. Per preservarsi da' *contagj*, oggetto interessantissimo di salute pubblica, si attenda a saperne conoscere l'esistenza, ed i mezzi per andarne esente. Per soddisfare agli enunciati oggetti si sogiugne quanto segue.

A) Poichè i contagj sono sostanze di particolar natura, le quali han la facoltà di riprodursi e moltiplicarsi una volta che favorevoli circostanze vi contribuiscano, ne nasce che si avrà sicuro dato di esistenza di contagio in un sito quando si osservi una malatia successivamente generalizzata sopra coloro che han contatto con gl' infermi, quando in tutti egualmente si riproduce, quando si rende più o meno ferale, e finalmente se ne avrà certezza quando marca i segni di una già conosciuta per contagiante (*Patologia*).

B) Per andar esente da' contagj, scopo delle presenti ricerche, il primo essendo tutto patologico, l'unico espediente è di evitarne l'azione sia diretta sia indiretta. Per conseguir tutto ciò badar si debbe al preservamento generale e particolare, ed alla distruzione de' fattori. Quanto segue è diretto all' uopo (*).

§. 382. *Preservamento generale da' con-*

(*) Molte idee di quelle che vanno ad esporsi sono state modificate sulle savie disposizioni del nostro magistrato di salute generale del Regno.

tagj. Si potrà andar preservato da' contagj, e precisamente da' grandi.

1. Evitando il commercio, e l'introduzione de' generi contagiati.

2. Fissando luoghi di quarantana e di espurgo (*Lazaretti*) per tutti i generi esteri suscettibili di contagio, e più di tutto se provengono da siti sospetti.

3. Stabilendo in tutti i punti di un Regno de' sorvegliatori di salute pubblica, e più di tutto sopra le classi sospette ad esserne le condottiere. Per lo stesso oggetto si dovrebbe inculcare a tutti gli esercenti l' arte salutare che appena si va a conoscere una malatia contagiosa ne faccino subito rapporto all' autorita medica locale, la quale di unita al professore relatore dovrebbe portarsi sopra sito per verificare l' esposto, e trovandolo vero subito dispor l' occorrente, e darne insiememente parte alla corrispondente autorità per le successive disposizioni.

4. Non appena si è avverato lo sviluppo di una malatia contagiosa in un sito qualunque, e soprattutto s' è della classe delle ferali il primo espediente da prendersi sarebbe di vietare ogni commercio con tal sito, rigorosamente cordonandolo ne' forti contagj. Indi per sorveglianza maggiore fare lo stesso ne' siti vicini, a fine di potersi conoscere se si sia diffusa, e trovandola già avvanzata praticare in questi quanto si dirà.

5. Il barricamento di un luogo può consistere nella chiusura di dati siti vietando che la gente compresavi tratti liberamente con altri,

badando sempre a fornire il necessario provvedimento de' mezzi curativi, e di esistenza.

6. Il cordonamento può esser fatto come segue. A cinquanta passi di distanza dall' abitato vi si dovrebbe fare un fossato largo e profondo a bastanza per vietare ogni passaggio. Intorno a tal fossato vi dovrebbe essere della forza armata col preciso ordine di far fuoco sopra chi osasse sorpassarlo. In un sol sito vi dovrebbe essere un ponte per il commercio come si dirà: tal punto dovrebbe essere al massimo sorvegliato. Dopo questo primo cordone sarebbe espediente stabilirsene un altro di sorveglianza al primo. Tal secondo non dovrebbe permettere al primo che il semplice esercizio delle sue funzioni, senza sorpassare di una linea lo stabilito limite, dovendosi considerare come sospetto. Finalmente sarebbe ottimo che un terzo cordone valevole ad imporre al primo ed al secondo sia intorno ad i paesi limitrofi distribuito, ed abbia l' incarico di sorvegliare il primo ed il secondo, non che di attendere all' esecuzione dell' occorrente dell' oggetto comune. — Il primo cordone come sospetto dovrebbe avere un ospedaletto per accogliere que' che s' infermano; e nel caso che qualche individuo si conosca affetto dalla malatia contagiosa dovrebbe subito esser condotto negli ospedali dell' abitato, ed i compagni messi in osservazione.

7. Dal paese contagiato non dovrebbe sortir persona, nè oggetti di qualunque siasi natura, tranne la corrispondenza come si dirà. In caso qualcheduno sconsigliatamente vi sia entrato, non si debbe più far sortire. Se vi fosse luogo

te persone prima del cordonamento, se ne dovrebbe prendere minuta indagine, e trovatele si dovrebbero porre in osservazione in sito separato, affinchè in caso di sviluppo di malatia si possa estinguere e conoscere subito. Lo stesso si dovrebbe fare con le persone con le quali han potuto avere rapporto.

8. Messo il cordone sarebbe espediente con ripetuti bandi ed affissi far conoscere a tutti che qualunque minima trasgressione agli ordini delle Autorità costituite sarà punita immediatamente con la pena di morte.

9. Per la conservazione degl' individui interni, ed esterni sarebbe necessario fissare in mezzo ai cordoni una Autorità *medico-politica* fornita d' illimitati poteri per poter subito rimediare all' occorrente, dovendo sempre in tutto e per tutto dipendere dalla magistratura medica generale e dal Governo. Tale Autorità potrà essere composta di due medici, di un chirurgo, di un proprietario giureconsulto, di un negoziante, di un sacerdote, e tutti di conosciuta probità e zelo pel pubblico bene. Questa dovrebbe essere il centro di tutte le operazioni interne ed esterne, perciò sarebbe buono che abbia il suo giornale.

10. I paesi vicini oltra al non dover commerciare co' contagiati, attender dovrebbero ad evitare le correnti di aria ed i venti che vengono da' siti infetti; sarebbe buono tenersi cautelati e chiusi allo spirar di certi venti provenienti dal sito contagiato, a starsene in campagne opposte, a praticar profumi disinfettanti, a serbare regolarità nelle cose necessarie alla vita (§. 57.)

11. Ciò fatto dal di fuora, pel di dentro esser dovrebbe primo oggetto di stabilirsi un'altra pari Autorità *medico-politica* dipendente dalla prima, con l'incarico di far conoscere tutto alla prima, e di essere esatta esecutrice de' regolamenti ed ordini che le possono esser dati. A qual oggetto dovrebbe avere disponibili mezzi e forza.

12. Un secondo passo esser dovrebbe la scelta di tre locali grandi a bastanza per potere dare ricetto agl' infermi di ambi i sessi della intera popolazione, uno da servire per sito di osservazione, il secondo per ospedale, il terzo per la convalescenza ed osservazione successiva; e subito che si forniscano de' commodi necessarj. Parimente sarebbe prudenza che in tutti i paesi vicini si tengano presenti de' locali per potersi addire a simili usi in caso la disgrazia porti che il contagio vi si svilppi.

13. A norma dell' estensione del paese sarebbe buono fissar delle Autorità subalterne da vigilare su i particolari siti, poichè sarà più facilitato il servizio se si dividerà in sezioni.

14. Dopo il barricamento e cordonamento de' luoghi contagiati, dopo la fissazione degli ospedali, e delle Autorità, sarebbe mestieri bandirsi che nessuno possa più sortire dalla casa sotto pena di morte, tranne gli agenti del Governo; che sia proibita qualunque siasi unione; che siano chiuse le chiese, proibite le processioni, e 'l suono delle campane, prevenendo il pubblico che i SS. Sacramenti saranno domiciliarmente amministrati dagl' incaricati ecclesiastici a norma delle circostanze; che ognuno riceverà il bisognevole all' esistenza sino alla pro-

pria casa; che siano uccisi tutti gli animali a pelo ed a penne, che siano reclusi i mendici i quali per soddisfare la di loro ingordigia son capaci di ogni eccesso ec.

15. Far dovrebbe seguito all'esposto, ordine sotto pena di morte, che nessuno ardisca nascondere oggetti domiciliari, affinchè restino netti dopo lo spurgo; ed in vece sia premiato colui che scopre uno qualunque siasi deposito fatto mentre nel paese vi era il contagio.

16. Seguir dovrebbe la indagine della primitiva origine del contagio per trovarne la provenienza, la particolar natura, e 'l successivo cammino.

17. Indi passar si dovrebbe al trasporto de' contagiati nello spedale di cura, e de' sospetti in quello di osservazione; badando a barricare le case donde sortono contagiati ponendoci l'iscrizione *sito contagiato*.

18. Per conoscere il successivo stato di salute de' restanti della popolazione dopo eseguito l'indicato trasporto, stabilir si dovrebbe in ogni mattina ed in tutti i siti del paese una ispezione, da' rispettivi incaricati, con l'obbligo di eseguire un' appello individuale e prendere nota di tutti i bisogni delle singole famiglie, e del risultato farne rapporto all' autorità centrale per le disposizioni dell' occorrente; come questa non dovrebbe trascurare farne intesa l'esterna. Quando in qualche casa si troverebbe un infermo se ne dovrebbe invitare l' autorità medica la quale dopo verificato il carattere della malatia in caso di contagio si dovrebbe inviare nello spedale di cura, e 'l resto di chi vi coabita in quello di os-

servazione, dove separatamente esser dovrebbero curate le altre malatie non contagiose: trovandosi de' morti, questi esser dovrebbero sepolti come si dirà, il resto della famiglia inviato nello spedale di osservazione, e la casa chiusa come di sopra.

19. Nella ispezione giornaliera di salute, l' autorità costituita badar dovrebbe alla polizia delle strade, inculcandola parimente nello interno delle case; proibire il getto di qualunque materiale sulle vie, e fissare carri di trasporto per simili materiali; allora ciascuna abitazione potrà dare al carro che passa ciò che vuole.

20. Il bisognevole alle singole famiglie esser dovrebbe dato nelle proprie case da' commissarj incaricati, ed uniformemente alla nota fatta nella ispezione. Ai poveri il tutto esser dovrebbe gratis. La somministrazione sia condotta farsi sempre dalle finistre, e con precauzione, sia per mezzo di molle, sia di uncini, aste ec.

21. Il trasporto degl' infermi nello spedale dovrebbe esser fatto in una sedia chiusa da tutti i lati, con aperture solamente al di sopra per non nuocere i condottieri, aver dovrebbe lunghe aste verniciate ed oliate: tal sedia sarebbe mestieri che sia preceduta e seguita da persone armate onde non farvi accostare sopra individuo alcuno. Tal sedia dovrebbe essere fatta in modo da potervisi ben adagiare l' infermo sia qualunque il suo stato. Giunto il malato nello spedale i condottieri riscuoter ne dovrebbero ricevo per consegnarlo a chi ve lo ha mandato.

22. Gli ospedali esser dovrebbero assistiti

da buoni professori, con adattati regolamenti, e più di tutto per l'assistenza da prestarvisi, e per le sortite.

23. I morti da contagio sia nelle proprie case, sia nelle strade, sia nello spedale esser dovrebbero presi da' becchini con adatti uncini e messi su i carretti, fatti a bella posta, ed in modo da riescire di facile riposizione pe' morti, e sicuri a bastanza nel tragitto onde non seminar contagio, e non nuocere alla gente che gli trasporta, dovendovi essere adattato coperchio.

Il feretro sarebbe prudenza che sia scortato da gente armata per non far accostare persona veruna.

24. La sepoltura de' contagiati esser dovrebbe almeno cento passi distante dall' abitato; e consistere in un gran fossato dove in ciascun giorno sopra i cadaveri gettativi vi si dovrebbe porre un sufficiente strato di calce in polvere: tal sito dovrebbe essere circondato di alte e chiuse mura. Terminato il contagio si dovrebbe fabbricare, e scrivervisi brevemente la storia, e con caratteri indelebili segnarsi *da mai più riaprirsi*.

25. In tempo di contagio tutti gli agenti sanitarj badar dovrebbero a lavarsi ed ungersi di olio; a cambiar vestiti in tutti i giorni, facendogli sciorinare e fumigare immediatamente dopo tolti; ad indossare una sopravveste di seta inverniciata ed untata di olio; a non trattare con contagiati se non se sopra-vento; ed a non ricevere oggetti se non per via di molle e fumigati o passati per aceto; ad armarsi di spada e di bastone con uncino a fine di potersi difen-

dere e potere alzar le coltri degl' infermi; ad avere un distintivo imponente rispetto; ad essere regolati nell' uso delle cose necessarie alla vita; ad evitare per quanto è possibile i contatti; ad essere zelanti ed esatti nel dissimpegno delle proprie funzioni; a starvi con coraggio; a non accostar siti contagiati quando si è debole, o per un verso qualunque siasi stato scosso dall'agente galvanico.

26. Il commercio co' contagiati e co' siti con pari malatie dovrebbe esser fatto con precauzione, e precisamente quello degli ospedali, il quale converrebbe che lo sia da persone che ivi soltanto debbono essere addette, nè avere contatto co'restanti sani che del bisognevole e con le dovute cautele. Quindi gli agenti municipali del paese ed esterni degli ospedali trattino i primi con attenzione evitando quanto più possono i contatti, stando sempre sopravvento, usando polizia, e non ricevendo oggetti se non prima fumigati o passati per aceto. Gl' incaricati esterni della corrispondenza con l' interno serbino maggior precauzione; a qual oggetto depositino in un dato sito del ponte il bisognevole, ed ivi si faccino andare gl' interni di servizio a prenderlo. Da questi non si riceva che la sola corrispondenza, la quale dovrebbe essere prima fumigata, prendendola con appropriate molle. Colui che una volta ha avuto contatto con gente interna si dovrebbe avere come sospetto, e quindi dovrebbe essere mandato dentro da non sortirne se non dopo l' espurgo.

27. Quando dopo qualche giorno più infermi non vi sono nel paese, e que' degli spedali

sono a piccol numero, si può cominciare lo spurgo domiciliare. Questo può esser fatto con fumigare co' vapori muriatici l' interno delle case, indi con la ventilazione, e con dare alle fiamme gli oggetti domiciliari di poco momento, e precisamente que' dove han dimorato i contagiati; i metalli ed i legni non porosi si possono dopo fumigati lavare con aceto; i pavimenti delle case si possono parimente lavare con aceto, con acqua di mare, o con liscivio; le biancherie possono essere lavate con liscivio bollente, e con acqua di mare.

28. Dopo lo spurgo domiciliare si possono cominciare a cacciare individui dagli spedali di convalescenza e di osservazione, ma con le dovute cautele. Ciò però può esser fatto quando saran del tutto guariti, e quando esciran fuori da ogni sospetto di contagio: si potran dare allora de' bagni tiepidi con aceto, e dopo la lavanda e tosa del pelame vestirli di panni nuovi e farli sortire dagli spedali prendendo notamento del domicilio che va a prendere ciascuno, per essere successivamente visitato.

29. Dallo spurgo domiciliare si può passare a quello delle chiese nelle quali prima si può praticare la fumigazione disinfettante, poscia l' imbiancamento delle mura, la lavanda del pavimento, e del mobilio, sebbene certi panni od altro sarebbe più conducente darli alle fiamme. Le sepolture è condotta che sian chiuse per mai più aprirsi dovendosi reputare sospette di contenere qualche contagiato sepolto prima dell' epoca della conoscenza morbosa.

30. Prima di sortire dagli spedali con-

duce spazzare le strade, imbiancare l' esterno delle case, fare suffumigj, incendj di polvere ec.

31. Sortiti tutti gl' individui degli spedali il mobilio debbe esser dato alle fiamme, risparmiando i metalli e qualche altro oggetto che può essere disinfettato. Il locale propriamente convien che sia fumigato, poi che si apra alle libere correnti di aria, ed in ultimo che si pratichi il resto d' imbiancamento, rifazione ec.

32. Proseguendosi a non veder più infermi con contagio si può permettere il libero cammino degl' individui pel paese, e starsene in osservazione almeno per venti giorni. Passati i quali nello stato di buona salute può tolsi il terzo cordone: dopo altri 10 il secondo, e finalmente dopo altri 10 il primo, quando si possono mettere in libero commercio co' restanti della società limitrofa.

33. Durante tutto l' enunciato tempo le Autorità è mestieri che mai lascino di sorvegliare per iscoprire nascondigli fatti in tempo del contagio, e punire con pena di morte gli autori di essi renitenti a non menifestarli, dando un premio ai relatori.

34. Il sin qui detto può applicarsi per tutti i ferali contagj, ma trattandosi di que' più miti che da più tempo si trovano in mezzo de' paesi e vi fanno i loro progressi più o meno lentamente, e taluni che per una quasi necessità si debbono soffrire una volta in vita, come sono il vajuoloso lo scarlatinoso il morbilloso ec., per questi come per gli ultimi sarebbero nostri voti 1.° procurarne lo sterminio non

essendo stati che successivamente introdotti dal commercio sociale (checchè si pensi in contrario da altri). 2.° Sino a che ciò non si avveri, nella necessità di dover soggiacere alla di loro azione, procurare di averli in tempo di epidemie benigne, e quando nell' individui non si trovano mali disposizioni 3.° per que' che si conosce un preservativo usarlo, com' è pel vajuolo il vaccino; 4.° apprezzare gli utili ritrovati, e siano di qualunque natura, 5.° finalmente per gl' incurabili evitarne a tutta possa l' acquisto.

L' avvanzato sul conto de' contagj come oggetto d' igiene pubblica può servire di norma per un preservamento generale; per la cura poi, e per altre particolarità rimettiamo i nostri leggitori ai compiuti trattati di contagj.

§.383. *Agenti morali nocivi*. Per la duplice classe degli agenti morali interni ed esterni siano utili avvisi.

1. Evitare le occasioni che dan luogo alle tristi passioni.

2. Dovendosi infliger pene se ne dia l' annunzio con moderazione, per ovviare alle funeste conseguenze delle tristi e forti impressioni.

3. Sarebbe buono promulgare la setta di que' filosofi la di cui somma cura era di sapersi rendere superiore alle passioni?

4. Per la classe degli agenti morali esterni si seguano i precetti de' Direttori destinati all' uopo.

§.384. *Agenti nocivi sociali*. Nel §. 44. furono noverati come agenti sociali nocivi il *lusso*, l' *ozio*, il mal *costume*, le *unioni moltiplici*, *e viziose*, *certe etichette*, e *pregiudizj*; le

risse, i *bisbigli*, e le *calche popolari*; il *consorzio ineducato*, le *arti nocive*, i *nottamboli*, i *folli*, gli *stregoni*, i *ricattieri*, i *venditori di varj generi alterabili*; il *seppellimento de' vivi creduti morti* ec.; ivi furon dati precetti come regolarsi sul di loro conto, in tal sito fia dovere inculcarne la prevenzione; a qual oggetto sia a cuore.

1. Bandire dalle società il lusso e l' ozio, se non si vuole in esse la miseria e 'l vizio.

2. Al mal costume, ed ai pregiudizj si potrà ovviare con la buona educazione.

3. Le unioni viziose e moltiplici si possono proibire.

4. Le risse, le calche, ed i bisbigli popolari possono evitarsi con regolamenti, e proibizioni.

5. Al consorzio ineducato si può far fronte con la proibizione, e con la educazione.

6. Le arti nocive si possono migliorare con date precauzioni (Sez. II.ª)

7. I nottamboli per non nuocere a loro ed agli altri si posson chiudere, e consegnare a persone che ne abbiano cura.

8. I folli, ed i così detti stregoni meritano essere reclusi e curati.

9. I ricattieri per i seminj morbosi che spesso soglion recare dovrebbero essere proibiti del tutto.

10. I venditori sarebbe buono che siano rinculati ne' mercati, e sorvegliati.

11. Per ovviare alle morti apparenti si può attendere a quanto segue.

§. 385. Poichè l' amor dell' esistenza è al-

l'uomo innato, e con la morte ha termine ogni piacer di vita, ne nasce ch' è brama universale il prolungare la propria durata. Partendo dall' espresso fia d' uopo occuparsi, della maniera come trattare i *moribondi* ed i *morti*, a fine di fare riuscire doloroso al meno possibile l' estremo passo ai primi, e di *ovviare alle morti apparenti* de' secondi.

§. 386. Non appena un individuo è in istato da dover chiudere gli occhi alla luce, sia primo dovere de' medici il prescrivere i SS. Sagramenti, ben inteso che ciò debb' esser fatto a tempo che si costa di ragione, ed in modo che gl' infermi nol sentano con dispiacere: si raccomandi quindi che un buon Sacerdote gli disponga senza scoraggiarli; e che sia fatta pubblicità quanto meno si può per non danneggiare i sani, e vieppiù gli altri infermi gravi. Per simili ragioni sarebbe buono che non si faccino sentire suoni che svegliano simili idee. Si raccomandi poi agli astanti di non piangere vicino ai moribondi; di non muoversi a niente senza il prescritto del medico, ed in vece di eseguire ciò ch' esso le dice. Pe' contagiati il trattamento può esser fatto con precauzione evitando il contatto e 'l respirar l' aere carico di materiali della traspirazione de' medesimi. A qual oggetto sarebbe espediente che siano a solo e da stanze larghe.

§. 387. Morto un infermo reputar si dovrebbe dovere di ogni medico il rilasciare un biglietto dicendo della natura della morte, e del trattamento successivo da darsi al cadavere, a motivo di ovviare alle morti apparenti. Intanto siccome non sempre succedono le morti con pre-

vedimento e con assistenza di esperti nell' arte salutare, perciò fia pregio dell' opera riportare sommariamente in tal sito i dati per diagnosticare una morte reale, e ciò che fa d' uopo per le apparenti.

§. 388. Quando un individuo realmente è morto non più respira, il cuore e le arterie non battono, ogni senso è perduto, mancano i movimenti, il corpo è freddo, gli arti sono quasi sempre rigidi, gli occhi aggrinziti e senza vivezza, il corpo è avvizzito, il colorito è bianco pallido o livido con macchie, l' addome s' intumidisce, gli sfinteri si rilasciano, come lo stesso fanno i masseteri, donde l' apertura di bocca, le vene non danno sangue, segni di putrefazione si marcano ec. — Nello insieme gli enunciati segni caratterizzano la morte reale, ma qualora vi manchi qualcheduno de' più essenziali come sono la putrefazione, il freddo, e la rigidezza cadaverica, l' alterazione di forme, il non sortir sangue dalle vene aperte ec., e s' ignori la natura della morte, sia questa avvenuta imprevedutamente, sia in seguito di cagioni come si dirà, allora conviene attendere alla verifica degli altri segni prima di mandare un cadavere al sepolcro, dovendosi sospettare poter essere in morte apparente, e quindi suscettibile di vivere coll' ajuto dell' arte. Noi penetrati dalla idea che un uomo ancor vivo possa andare al sepolcro, e che molto valga una istruzione all' oggetto, abbiam cercato riportare in tal sito quel che si richiede per far tornare in vita un individuo con morte apparente; e bramerremmo che tali nozioni, come le precedenti siano a conoscenza

di tutti per poterne usare a pro quando se ne abbisogna.

§. 389. L'arte di chiamare in vita i morti apparentemente non è nuova, poichè se ne hanno esempj presso di antiche nazioni, e soprattutto nella greca la quale di nuovo battezzava coloro ch' erano stati salvati dalla morte apparente. Fra i medici che se ne sono occupati si noverano *Aezio*, *Oribasio*, *Abbas*, *Dioscoride*, *Avicenna*, *Cardonchio*, *Guglielmo*, *Fabricio Ildano*, *Giacobe*, *Orstio*, *Fr. Ruchino*, *Pietro Foresto*, *Daniele Sennerto*, *Pietro da Castro*, *Bartolino*, *Kirchmayer*, *Albino*, *Barscher*, *Carisio*, *Squario*, *Franck* ec. Nel 1767 in Amsterdam si vide sorgere la prima società per la salvezza degli annegati, poscia se ne formarono per tutta l'Olanda, e segnalatamente in Amburgo. Venezia fu la prima nell' Italia, cui successivamente seguirono la Germania, e la Francia. Nel 1776 in Inghilterra co' più felici successi si stabilì la *Royal humane Society*, ed altre molte. L'America seguì gl' Inghilterra, ed oggigiorno ben pochi luoghi si possono contare dove non vi siano stabilimenti di simil natura.

§. 390. Qualunque circostanza valevole ad assopire l'azione organica, e quindi un de' fattori della vita, può menare allo stato di morte apparente, e tanto più volentieri quanto più immediatamente si sospende l'ematosi polmonale o l'azione nervosa centrale o la vascolare (*Fisiologia*, *Patologia*). Si reputano valevoli a produrre il predetto stato la sommersione nell' acqua od in qualunque altro siasi liquido, le arie irrespi-

rabili, il denso polverio, la mancanza di aria (sia cagionata da coverture, siada altro, come legature strette al collo, corpo che chiuda il lume del laringe, inghiottimento di lingua come diceva *Galeno*, scilinguagnolo troppo lasso o lungamente tagliato, stringimento convulsivo ec.) il protratto infreddamento, l'assideramento elettrico senza alterazione organica, le perdite repentine di materiali siano solidi siano fluidi, come parti, diarree, emorragie ec.; le forti scosse senza alterazione organica, come cadute, urti, forze, moti eccessivi ec.; la deficienza di nutrizione; le metastasi critiche negli organi respiratorj circolatori o nervosi centrali, l' ebbrezza, i forti patemi di animo ec. ec.

§. 391. Fia d' uopo in tal sito avvertire a non confondere con la morte apparente il semplice indebolimento vitale (*eclisi*), non il maggiore *lipotimìa*), non la quasi compiuta perdita delle funzioni (*sincope*), non la mancanza di circolazione e respirazione (*asfissìa*) ec. mentre tali stati sono affezioni diverse della morte apparente.

§. 392. Nelle morti apparenti il segno costante è la sospesa attività vitale, tutti i restanti che possono marcarsi variano a norma della natura della morte; di fatti nelle autopsie cadaveriche oltra delle varie marche nell' esterno, quando dalla morte apparente si è passato alla reale, si sono osservati varj segni negli organi respiratorj, circolatorj, e nervosi (*Blumenback*, *Portal*, *Buquet*):

§. 393. Nelle morti apparenti conviene sperar sempre risorgimento sino a che non vi siano

segni di putrefazione. Si contano risorgimenti avvenuti dopo ore, dopo giorni, e dopo settimane, come fra gli altri si può ricordare quello della moglie del Colonnello inglese sig. *Roussel*

§. 394. Essendo la morte apparente uno stato di assopimento organico avvenuto in seguito di una qualunque siasi delle indicate cagioni, ne deriva che per poter procedere alle operazioni di risorta conviene 1. toglier le cagioni in caso ancor vi siano, 2. procurare l' attivamento organico.

§. 395. Partendo dall' espresso stato di cose sia primo oggetto nel chiamare in vita gli apparentemente morti sottrarli dal sito dove si trovano, 2. denudarli, 3. riporli sul letto di salvezza 4. lavarli con acqua calda aromatizzata da aceto. 5. nettarli da' materiali che possono esservi nella bocca narici, orecchi ec. 6. con adattati soffietti cacciar materiali ed introdurvi nuova aria ossigena (1) 7. far cristei irritanti, o di fumo di tabacco. 8. operare scosse galvanice. 9. vellicare

(1) L' uso di soffiare aria ne' polmoni de' morti apparenti parte dall' epoca di *Borelli*, e *Fossanck*, l' ultimo de' quali nel 1744 il primo fu a salvare un individuo col soffiar aria ne' polmoni. Poscia fu seguito e raccomandato da *Tureton*, *Muralt*, *Fothergill*. *Goodwin* inventò dopo uno stromento per introdurre e cacciare aria da' polmoni. *Grocy* ne propose un pari che perfezionò *Roland* in Parigi. A tali soffietti seguì la *sciringa* di *vanmarum*. *Plouquet* migliorò i ritrovati di Goodwin e di van-marum. In appresso *Meunier* di strasburgo inventò uno stomento di respirazione che ricevè l' approvazione della scuola di quel paese. *Kopp* inventò una tromba d' aspirazione e di compressione.

con le piume di una penna le fauci, 10. accostare dell' ammoniaca od altro gas eccitante alle narici. 11 fare forti suoni nelle vicinanze degli orecchi. 12 far cadere forti raggi luminosi sugli occhi. 13 stropicciare con spazzuole aromatizzate la cute. 14. Aver sempre temperatura mai meno de' 20 gradi R. 15 salassare nelle morti per pletora, o per estravasi. 16 cominciando a risorgere si dia acqua calda variamente aromatizzata a norma della particolar circostanza. 17 Indi curare e trattare come conviene il resto.

§. 396. Lo enunciato può valere per nozioni generali sul trattamento; particolarmente poi si sogiugne per certe morti.

1. I morti apparenti per caduta si debbono salassare, e secondo il nostro *Oronzini* con l'operazione retro-mastoidea, lasciarsi in riposo, e bagnarsi nel capo con acqua ed aceto freddi, giusta l'avviso dello *Schmucker*.

2. I morti apparentemente per fulmine si debbono spogliare, salassare se si osservi pletora, bagnare con acqua fredda, injettandone nel podice, darle a bere svegliati appena acqua ed aceto. Si dice che il bagno di terra fresca, restituisca in vita tali morti.

3. I morti apparentemente per aghiacciamento si possono trattare come fanno i selvaggi del Canadà, i quali seppelliscono di neve i di loro compagni lasciandole scoperto il solo capo, *Franke* dice di porsi il cadavere ignudo sopra di uno strato di neve, di ghiaccio pesto, o terra diacciata, badando a non far forza sulle membra per non romperle, ed a lasciare un adito per entrar aria in bocca tornando in vita; indi

coprirlo con un palmo dello stesso materiale e lasciarvelo per un ora; poscia porlo in una tina d'acqua diacciata: in questa da quarto a quarto di ora aggiugnervi dell'acqua meno fredda sino a che il corpo non cominci ad acquistare la sua pieghevolezza, attendendo a non mettervene mai calda: allora si può passare all'asciugamento con panni freddi e riporsi in letto e stanza non caldi: in seguito si cominci a stropicciare con acquavita fredda; dopo qualche tempo si può andar usando qualche panno caldo a temperatura umana: avendosi segni di vita si può cominciare ad introdurre aria fredda: a norma che si rimette si può passre a temperatura regolarmente ordinaria; e siccome suole nascere febbre infiammatoria, così è conducente subito praticare alla comparsa di questa un prudenziale salasso.

4. I morti apparenti per gas nocivi si caccino nell'aria aperta, s'è di està si lavino con acqua fredda, s'è d'inverno si pratichi nella sola faccia e mani, vi si può meschiare un poco di aceto. Si pratichino de'cristei freddi. Nelle persone pletoriche si apra una giugolare, indi si cominci la respirazione artificiale, e 'l galvanizzamento. Se hanno voglia di vomitare il vomito s'incidi con le piume di una penna. Ne' morti per polverio si può fare lo stesso.

6. Ai morti appiccati senza lussazione di capo sul collo si tolga subito il capestro, si collochino col capo e busto elevati, si stropiccino e si lavino a caldo, e con aceto, si salassino, si soffi aria ne' polmoni, e se le vie sieno chiuse si facci la laringotomia (che il primo operò *Detharding*), cercando poscia di

render pervie le solite strade, si applichi dell'ammoniaca nel naso e nella bocca, si sciringhi decozione di tabacco nel podice. Osservandosi segni di vita si diano cucchiajate di vino caldo o freddo, si proseguano le strofinazioni, e si comincino a dare decozioni teiformi. — Nelle altre specie di morti apparenti tolta la causa si può seguire la norma generale data pel trattarle, senza obbliare qualche particolarità che il caso potrà richiedere.

§. 397. Partendo dalle predette idee si possono reputare come mezzi generali e necessarj pel trattamento de' morti apparenti il *banco* per riporre i cadaveri; i *soffietti* per la respirazione; le *sciringhe* per injettare liquidi; i *tubi*, per portare sostanze nello stomaco in caso che liberamente non si possano introdurre; le *spugne* con acqua per lavare; le *spuzzuole* per istropicciare; la *macchina galvanica* per galvanizzare; le *bottiglie* con alcoole, aceto, ammoniaca, etere, acido idroclorico, emetici, e tinture aromatiche per usarne a norma de' bisogni; *polvere da sparo* con pistole per far luce e rumore; *trombette* per forti suoni: *strugenti* per operare la laringotomia, e per render pervie le vie respiratorie in caso sian chiuse: *lancette* per salassare: *penne* con lunghe piume per vellicare la gola: *fascie* e *compresse* pe' bisogni successivi alle operazioni: *forbici* e *coltelli* per tagliare i vestiti ed altro: *cucchiai* e *bicchieri* per l' appresto delle decozioni: *coltri* di vario genere per coprire i cadaveri rinvenuti: *battifuoco* e *candele* per aver pronta luce, fuoco ec. ec.

§. 398. Oltra dell' enunciato appresto qua-

lora qualche società di uomini filantropi bramasse dedicarsi al sollievo di chi disgraziatamente passa a morte in appenza, conviene che ancor si munisca dell'*esploratore*, il quale serve a rinvenire e fissare il cadavere ne' luoghi dove la visione non può giungere; della *tanaglia di salvezza*, che si adopera per tirar fuora i cadaveri dopo che sono stati rinvenuti e fissati dall' esploratore: di *scale di salvezza* la quali abbisognano per fare scendere sostanze e persone che si trovano in siti da non potere per altro mezzo scendere: delle *macchine* e *campane* di palombaj por potere agire sotto acqua: delle *cintole* di nuoto: delle *lancie da ghiacchio*: di una istruzione per ben procedere e nulla tralasciare di ciò che si può fare per salvar la vita al suo simile (1).

§. 399. Dopo di aversi conosciuto da esperto in arte salutare che un *morto è realmente tale, e quindi che merita di esser sepolto*, sarebbe buono che uniformemente al prescritto da quasi tutte le leggi il cadavere resti insepolto per altro tempo, e precisamente sino a che segni di putrefazione non si marchino; durante il qual tempo converrebbe che intorno allo stesso vi vengano praticati suoni acuti di trombe, flauti, o altro, ed indi che con forti e ripetute voci sia chiamato a nome e prevenuto

(1) Ci riserbiamo altrove di far conoscere con più precisione l' intera descrizione ed appresto dell' armamentario salutare di cui si abbisogna per salvare i morti apparenti.

della sua prossima sepoltura. (1) E ciò precisamente sia detto per quando è trapassato da morte imprevista ed immatura.

§.400. La maniera di dare ricetto ai cadaveri umani è stata varia, dice *Celio* che i *Litofagi* gettavono in mare i di loro cadaveri, e che lo stesso fanno i popoli che abitano lungo il fiume *Gange*. I *Colchici* cucivano in una pelle i di loro morti e gli appendevano agli alberi. I *Guari*, ed i *Persiani* l' esponevano sulle alte torri alla putrefazione ed al pasto degli uccelli. Gl' *Ircani* gli gettavano in preda de' cani che mantenevano per questo oggetto. Presso certi antichi popoli come *Egizj*, *Ebrei* ec., si cominciò ad usare l' imbalsamazione e la inumazione nelle proprie case o campi. I *Cinesi* bruciano i cadaveri di coloro che non possono pagare un cataletto. Gli antichi *Greci* gli bruciavano con le cose più care agli stessi. Lo stesso fecero gli antichi *Germani*, que' del Ceilan, e del Giappone. I *Romani* delle prime epoche sino agli Antonini serbarono lo stesso costume, poscia pel pericolo degl' incendj gli cominciarono a sotterrare, sebbene sul conto de' bruciamenti e sotterramenti vi fossero state eccezioni sull' età con-

(1) Secondo le notizie che ci dà *Giraldo* presso i Romani quando un individuo cessava di vivere il suo corpo si teneva in custodia per sette giorni, durante il qual tempo era *lavato*, *imbalsamato*, *baciato*, *pianto*, ed *esclamato*: nell' ottavo giorno se ne facevano i funerali, ed il corpo veniva bruciato, nel nono era depositato.

Licurgo stabilì che i morti prima di esser sepolti si dovevano piangere per 11 giorni.

dizioni ec. Si bruciano e si seppelliscono sotto date circostanze e leggi i cadaveri de' *Caurovati* e *Samarati*. I *Semoidj* ed i *Livoni* usano ancor sepolture, e lasciano insepolti i cadaveri de' nemici e de' malfattori ec. ec. E' poi probabile che i primi nomini morti, avessero trovato sepoltura ne' visceri de' varj animali.

§. 401. Dall' esposto nel precedente paragrafo si può rilevare che la maniera di dare ricetto ai cadaveri presso i varj popoli è stata o *l' esposizione al pasto degli animali*, o *il getto in mare*, o la *consumazione putrefattiva*, o il *bruciamento*, o il *sotterramento*. Noi sulle considerazioni che il primo e 'l secondo metodo sanno di barbarie, che il terzo e 'l quarto possono rendersi variamente nocivi, commendiamo co' prescritti della nostra S. Madre Chiesa Cattolica ed apostolica Romana il *sotterramento* fatto in opportuni siti e come si conviene (§.346.)

§.402. Uniformemente poi all' espresso nel §. 346, 8. è buono che i cadaveri per 24 ore siano deposti nelle camere mortuarie de' campi santi. Dopo morti e quando dimorano in tale sito non dovrebbero stare nè con la bocca chiusa, nè co' piedi o mani legati, nè chiusi in casse, bensì aperti e sopra cataletti di legno. Affinchè il custode possa esser subito avvertito in caso che qualche morto risorga converrebbe che in una delle mani di ogni cadavere vi si leghi una cordicina la quale tirandosi suoni un campanello da farsi ben sentire. Avverandosi un risorgimento il custode esser dovrebbe nell' obbligo di accorrere, e trovato il cadavere risorto passarlo altrove per trattarsi giusta i principj dell' arte. Vo-

lendovi restare di guardia persone del defonto col custode, si permetta.

§. 403. Dopo di aver detto di ciò che fa d'uopo per preservare i popoli dall'azione degli oggetti nocivi fisici, morali, sociali, e dalle morti apparenti, si può conchiudere il capitolo dicendo che qualora si attenda ai dati precetti non si potrà non giovare la salute de'popoli.

CAP. IV.

Istituzioni salutari.

§. 404. Pe' sommi vantaggi che si arrecano all'uman genere con le buone istituzioni salutari, e per le conoscenze non ordinarie che vi si richieggono, per poterle menare a buon partito si è cercato in tal sito dire sommariamente (rimettendoci per più estensione ad altri dettagli) di un' *amministrazione medica generale*, di uno *insegnamento*, *degli ospedali*, *e di altri stabilimenti analoghi*, e *di società salutari*.

§. 405. *Amministrazione generale di salute.* Essendo ormai conosciuto che l'unità nelle Amministrazioni che riguardano lo stesso oggetto giova al regolare andamento delle cose, ed alla economia finanziera, sarebbe buono che le varie amministrazioni che riguardano la salute de' popoli di un Regno vengano regolate con determinate Leggi da una Magistratura di scelti e probi professori. Quando si avverasse, si avrebbero ne' stabilimenti ottimi soggetti, uniforme andamento di cose, favorevoli risultati a pro della scienza, e risparmio di ingenti somme che

§. 410. Esser dovrebbero oggetti del Magistrato generale di salute.

1. Formare regolamenti generali e particolari per le sue amministrazioni e per la salute de' popoli.

2. Curare l' esecuzione del prescritto da' regolamenti e dalle Leggi che direttamente ed indirettamente lo riguardano.

3. Badare al miglioramento della scienza, ed alla istruzione della gioventù che all' esercizio dell' arte salutare si dedica.

4. Aver conoscenza di tutti gli esercenti l' arte salutare, e sorvegliarne la procedura, incoraggiando i meritevoli, e castigando i demerenti.

5. Stabilire analisi e far noti i principj componenti di ogni segreto, e di oggetti naturali ec.

6. Formare statistiche di vita di malatie e di morte, per conoscere i dissesti di salute e prevenirli con opportuni mezzi.

7. Indagare l' origine di certi nuovi mali, o 'l generalizzamento di altri per procurarne la limitazione, ed altra volta lo sterminio.

§. 411. *Insegnamento salutare*. Partendo dall' attuale stato della scienza salutare, uniformemente alla partizione che si fece nella scuola di Alessandria, l' esercizio salutare si può considerare come diviso in tre parti *Medicina*, *Chirurgia*, e *Farmacia*. Quindi sotto triplice aspetto converrebbe che si riguardi lo insegnamento: ben inteso che buon sarebbe che ogni individuo che brama addirsi all' esercizio dell' arte salutare, lo apprenda nello insieme, utili sommamente riuscendo tutte le sue conoscenze. Più di

tutto poi l' espresso è interessante pe' medici, e pe' chirurgi.

§. 412. *Istruzione medica*. Ogni persona che voglia dedicarsi all'esercizio della medicina converrebbe.

1. Che lo facci per proprio genio, dopo consultate le proprie forze, e le fatiche che si debbono durare.

2. Che sia provveduto di mezzi sufficienti per potere giugnere all' acquisto di tutto il necessario.

3. Che non imprenda lo studio della scienza se prima non abbia ben appreso le lingue greca, latina, e propria; non che le belle lettere e la filosofia.

4. Che prima di tutto attenda alla scelta di buoni maestri, e mai pretenda di imparare la scienza senza di questi.

5. Che studi come parte preliminare della scienza medica la fisica, la chimica, la storia naturale.

6. Che apprenda come parti proprie la notomia, la fisiologia, la igiologia, la farmacologia, la patologia generale e di dettaglio medica e chirurgica, la scienza medico-legale, la procedura dell' arte sua.

7. Che prima di addirsi all' esercizio salutare passi qualche anno presso di un istituto clinico per impararsi ad applicare al fatto quanto dalla scuola ha appreso.

8. Che in ultimo giova la frequenza degli esercizj accademici, degli spedali, degli uomini esperti nell'arte, lo studio profondo de' clas-

sici tutti i tempi, la conoscenza delle novità sia per mezzo di giornali, sia per altro ec. (*).

(*) Non fia discaro, per notizia della studiosa gioventù, riportare in tal sito il regolamento che serbiamo nella nostra scuola privata di scienze mediche, autorizzata con Sovrano decreto de' 23 settembre 1818.

» Lo insegnamento della scuola è diretto ad istruire sullo insieme delle conoscenze teorico-pratiche di ogni tempo che riguardano la *scienza salutare*. Il piano cui si terrà dietro è il seguente.

» Ad oggetto di far conoscere di che si tratta si partirà dal dare *nozioni preliminari sullo scibile salutare*.

» Per far marcare i rapporti che la scienza serba col resto delle umane cose si passerà ad un *prospetto sommario di ontologia*, e precisamente di *storia naturale*.

» Seguirà un sunto storico sulla scienza ad oggetto di far gustare ai neofiti le vicende ed i progressi dello spirito umano in tal ramo di sapere.

» Si detterà successivamente un trattato *fisico-chimico*, interessante per le conoscenze generali e particolari de' corpi.

» Dopo tali preliminari si verrà all'analisi della struttura e funzioni dell'umano organismo, all'*anatomia*, ed alla *fisiologia*.

» Si dirà poscia della maniera come ben conservare lo stato sano, della *igiologia*.

» Faran seguito la scienza de' rimedj, la *materia medica*; e quella del come ben prescriversi ed apparecchiarsi, l'*arte di ricettare*, e la *farmaceutica*.

» Da' dettagli dello stato sano e de' rimedj si scenderà a que' del morboso in generale ed in particolare, alla *patologia*, ed alla così detta *medicina pratica*.

ne' mezzi di cui fa d'uopo per conseguir l'occorrente sia con mano variamente armata, sia a solo. Quindi conviene che abbia buona istituzione teorica, ed esteso esercizio clinico nella par-

---

copia dello scritto sarà depositata negli archivj della scuola.

» In quelle lezioni nelle quali ha luogo qualche dimostrazione, si farà in modo che ciascuno vegga nella dovuta estensione.

» Qualunque dubbio che potrà nascere sullo scibile che si detta sarà serbato per dirsi dopo le lezioni.

» Le lezioni senza il menomo ritardo saran sempre cominciate sei ore prima del mezzogiorno.

» Il corso dell'anno scolastico avrà il suo principio nel mese di novembre e sarà protratto a tutto agosto di ciascun anno.

» Pe' giorni feriati e di lezione sarà serbato il solito costume delle scuole.

» Per non recarsi frastuono, ciascuno che interviene alle lezioni baderà a starvi col massimo contegno e silenzio

„ A que' giovani che avran finito un corso regolare ed avran dato pruove di applicazione e riuscita sarà rilasciato un attestato di assistenza e di abilità, che potrà valere di requisito in più rincontri.

„ L'economia della scuola sarà regolata in modo da soddisfare ogni alunno. Il compenso mensile però che deve ognuno che v'interviene sarà sempre dato con anticipazione.

„ Finalmente si brama che la gioventù studiosa della scuola serbi una condotta irreprensibile.

„ L'espresso nell'enunciato regolamento sarà con la massima scrupolosità eseguito.

te operatoria, presa in tutta l'estensione della frase.

§. 414. *Istruzione farmaceutica*. È parimente necessario per chi brama dedicarsi all'esercizio farmaceutico che vi si addica con genio e possa; con conoscenze di lingue greca, latina, e propria; di belle lettere e filosofia, di fisica, e di storia naturale; indi che apprenda fondatamente la chimica teorica e pratica, che la passi per qualche anno in una rinomata farmacia; e che sia esatto esecutore di quanto le vien prescritto. In ultimo interessa che accosti buoni professori medici e chirurgi; che conosca Accademie e giornali che riguardano la sua scienza, e tutte le novità che possono averci rapporto.

§. 415. Per rendere l'istruzione medica del tutto corrispondente al suo scopo sarebbe buono che accanto ad un grande ospedale vi sia un collegio il quale istruisca nella scienza medica. Questo oltra al dovere esser regolato su i principj mentovati, converrebbe che corrisponda del tutto al suo oggetto.

§. 416. *Ospedali*. La prima fondazione degli ospedali, che rimonta all'epoca di allor quando la lebbra facea stragge della razza umana, la di cui sorte è stata poscia in più guise variata (*Mongiardini* saggio sugli spedali), a giorni presenti è mestieri che sia modificata sulle considerazioni che gli spedali sono l'asilo dell'egra umanità, il preservamento de' sani, ed il santuario dell'arte salutare. Partendo da questi antecedenti, nel dir degli ospedali parleremo della di loro *situazione e costruzione*, de' *governi e funzionarj*, e de' *regolamenti per la istruzione e manutensione*.

§.417. *Situazione, e costruzione degli spedali.* Gli ospedali è buono che siano prominenti per essere ventilati, di facile accesso, isolati, ed in qualche distanza dall' abitato per ovviare ai danni che possono cagionare con le di loro esalazioni: aventi ne' dintorni vegetazione per godere buona aria, ed una costruzione valevole a dare commodo ricetto agl' infermi ed agli uffiziali addetti al servizio di essi; che godano la necessaria sicurezza di solidità, di custodia, e d' incendj ec. Per più vantaggiosi riguardi ogni ospedale dovrebbe essere costruito da poter contenere uomini e femine ma ben divisi. In ogni ospedale vi dovrebbero essere luoghi destinati per gli ammalati acuti, cronici, convalescenti, contagiosi, ed in osservazione. Si raccomanda che siano ventilati e luminosi, cosa che si ottiene stabilendo aperture a venti opposti, e con aspetto ad oriente e mezzo giorno; che abbiano abbondante acqua; che contengano tutti i necessarj commodi alla vita ec. ec.

§.418. *Governo, e funzionarj degli ospedali.* Sia o no che si voglia adottare il proposto sistema della Magistratura medica, sarebbe buono che nel governo degli spedali vi sia sempre un medico, a fine di potersi ben regolare e diriggere nella parte che debbono riguardare. Questo governo dovrebbe aver cura di sorvegliare l' esatta esecuzione del servizio disposto da' regolamenti, proponendo ne' bisogni l' occorrente.

§. 419. I funzionarj di uno spedale dovrebbero essere i medici, i chirurgi, i farmacisti, i cappellani, gl' infermieri, gli esercenti

la bassa chirurgia, gli servienti, i custodi, il fornitore. Tali funzionarj dovrebbero essere proporzionati al numero degl' infermi. Stando a quanto il fatto istruisce si può stabilire la seguente proporzione. Per ogni venti ammalati un cappellano, un medico, ed un chirurgo co' di loro ajutanti, un infermiere, due servienti, in ogni cento un esercente la bassa chirurgia. In ogni spedale poi un farmacista con uno e più ajutanti a proporzione del numero degl' infermi, potendosene fissare uno per cento; un custode con uno ajutante, o più dovendosi guardare molto locale; un fornitore co' suoi ajutanti. Sarà ben fatto che vi siano degli alunni per educarsi al servizio, e per potere prestarsi nelle occorrenze. Ciascuno de' mentovati funzionarj non dovrebbe esser piazzato che previo concorso, e documenti legali di essere di buona morale e condotta. — Negli ospedali di donne gl' infermieri, ed i servienti interni sarebbe buono che siano del sesso medesimo.

§. 420. *Regolamenti per la istruzione e governo degli spedali*. Il retto e regolare andamento degli spedali dipendendo da' regolamenti e della esecuzione di essi, perciò aver si dovrebbe somma cura nel farveli; e siccome la manotensione e l'istruzione interessano e riguardano il di loro preciso oggetto (§. 416) perciò sia mestieri versarne.

§. 421. *Manotensione degli spedali*. Per la manutensione si attenda al ben essere dell' edifizio e del mobilio; al trattamento e divisione degl' infermi secondo le malatie; alla polizia, presa in tutta l' estensione del vocabolo; al

buon ordine delle sale, ed al servizio de' funzionarj.

§. 422. *Istruzione negli spedali*. Per far che gli ospedali corrispondano del tutto al di loro oggetto sarebbe necessario che in essi mentre si dà ricetto e cura all' egra umanità vi sia del pari una competente istruzione. Gl' insegnamenti da potervisi esclusivamente fissare sarebbero l' anatomia semplice, patologica, e comparata; le cliniche mediche chirurgiche, e farmaceutiche. Vi si potrebbero fissare ancora le altre scuole co' corrispondenti gabinetti e libreria. Il colleggio salutare del pari in tal sito dovrebbe avere il suo luogo. All' oggetto sempreppiù di giovare sarebbe espediente inculcare la formazione de' gabinetti anatomici, e de' giornali salutari. Il locale per le scuole e collegio sarebbe buono che sia diviso ma conticuo allo spedale (§. 415) per maggior commodo della gioventù e de' maestri.

§. 423. *Stabilimenti salutari*. Gli stabilimenti salutari da doversi prendere in considerazione oltra gli spedali sono le *case di educazione*, *quelle di maternità*, *quelle de' folli*, *quelle di mendicità*, *le prigioni*.

§. 424. *Case di educazione*. Partendo dall' esposto sull' educazione nel titolo corrispondente della 1 sezione, e ne' §§. 376, e 377, in tal sito si aggiugne.

1. Che in tutti i paesi popolati ve ne dovrebbero essere per ambi i sessi, affinchè ognuno possa profittarsene.

2. Che oltra alle necessarie scuole per la istruzione, vi sia adattato locale per la commo-

da dimora di quella gioventù che da' genitori si vuole che vi pernotti, e permanente vi stia (*Collegj*).

5. Che vi siano adattati regolamenti.

§. 425. *Case di maternità*. Queste case dovrebbero essere dirette a dare sicuro asilo alle gravide, ed alla novella prole. Quindi lo stabilimento dovrebbe esser tripartito, un sito dovrebbe essere per le puerpere, uno per i piccoli, il terzo per la dimora de' funzionarj. Queste case dovrebbero essere la regia *del segreto* imponendo severe pene e perdita d'impiego contro chi osi per poco palesare uno qualunque siasi fatto di esse. Per favorire l'espresso oggetto nello stabilimento vi dovrebbero essere tre ingressi differenti, e fatti in modo che chi vi entra non dia ad indendere di che si tratta; come parimente che sia espressamente vietato ingerirsi del perchè una persona entri nello stabilimento. Per l'ingresso, dimora, e sortita da tali case sarebbe buono attendere a quanto segue;

1. A fissarvi un buon regolamento.

2. Ad essere assistite da esperte, e probe persone.

3. A farle commode per tutti i ceti, e senza che una puerpera dia incommodo o suggezione ad un'altra.

4. A farle accessibili ad ogni persona del sesso pel solo oggetto che riguardano, senza mai indagare, cosa che debbe essere severamente proibita.

5. Ad assicurare l'esistenza alla prole che vi entra o vi nasce.

6. A prevedere tutti i possibili casi in av-

venimenti di morte od altro, per le successioni eredità ec.

7. A fornirle del necessario.

§. 426. *Case de' folli*. Poichè per dritto sociale merita che sia custodito e curato chi per disgrazia non può far uso di retta ragione (*Dritto di natura, e delle genti*); perciò in determinati siti vi dovrebbero essere de' luoghi per la manotensione e cura de' folli. Per tal classe, non meno interessante della indigente negli ospedali, sarebbe mestieri che si badi.

1. Allo stabilimento di un locale a solo, sicuro, e commodo a bastanza per potere dare ricetto e divisione ad un determinato numero di folli e di ambi i sessi; ed agli funzionarj dei medesimi.

2. Al trattamento, e cura.

3. A fissare con determinati regolamenti tutto lo insieme che può riguardare tale infelice classe.

4. Ad affidarne la direzione e cura a persone esperte, di genio, e di conosciuta probità e morale.

5. A fornirle del necessario (1).

§. 427. *Case di mendicità*. Siccome chi è in mendicità ha dritto ai soccorsi della società commoda, (*Dritto di nat., e delle genti*), così converebbe che vi siano determinati siti per accogliere tal classe. Per non farla poi del

(1) Quanto sotto tali ed altre vedute è apprezzabile fra noi lo Stabilimento delle Reali Case de' Matti di Aversa?

tutto gravitare a spese altrui si potrebbe occupare con arti di cui è suscettibile ; a qual oggetto in tali luoghi sarebbe buono badare.

1. Al locale procurando che sia isolato, e commodo per potere dare ricetto alle diverse classi di cui la famiglia è suscettibile.

2. Ad introdurvi arti sì per occuparla, come per ritrarne qualche vantaggio.

3. A fissarvi opportuni regolamenti.

4. A farla diriggere da persone che hanno genio e volontà di fare bene.

5. A fornirle il necessario (1).

§. 428. *Prigioni*. Sia qualunque la futura sorte dell' uomo detenuto converrebbe che in esso si guardi sempre la salute; a qual oggetto sul conto delle prigioni si dovrebbe attendere.

1. Che siano in siti salubri.

2. Che abbiano un locale isolato, sicuro, e commodo per potere dare ricetto alle varie classi degl' imprigionati.

3. Che la polizia sia l' unico oggetto da non mai trascurarsi.

4. Che l' uso delle cose necessarie alla vita sia sempre ben regolato.

5. Che convenienti regolamenti determinino il servizio dell' occorrente, e lo stare dell' imprigionati.

6. Che sarebbe ottimo occupare i dedenuti con arti, a fine di ovviare all' ozio, e ritrarne un vantaggio.

---

(1) Quanti elogi non meritano per ogni riguardo i Reali alberghi di questo Regno, diretti con tanto successo dal genio dell' illustre Cav. D. Antonio Sancio?

§. 429. *Società salutari*. Nelle capitali, ed in tutti i luoghi dove vi risiede un' autorità medica sarebbe buono che vi siano delle società di salute dirette a travagliare ed a portare a miglior destino i varj rami della scienza. In esse vi dovrebbero esser chiamate le migliori persone esercenti l' arte salutare, e de' travagli di esse se ne dovrebbe occupare la magistratura generale, per istabilirvi i convenienti incoraggiamenti e giudizj.

§. 430. Avendo percorsi gli oggetti proposti nel presente capitolo, cioè di dire di un' amministrazione generale di salute, di uno insegnamento medico, degli ospedali, e di altri stabilimenti analoghi, e delle società salutari, si può inferire che standosi all' esposto le istruzioni salutari non possono non soddisfare al di loro scopo, cioè alla conservazione della salute de' popoli, ed al miglioramento della scienza e de' seguaci di essa.

§. 431. Furon proposti come oggetti da perquirersi nella presente sezione, diretta a dare avvisi per ben conservare la salute de' popoli, il dire di ciò che fa d' uopo per avere buone generazioni, per ben regolarne gli andamenti della vita, per conservarle immuni dagli agenti nocivi, e per favorirle con ottime istruzioni salutari. Essendosi su di essi versato per quanto le brevi linee di una istituzione potevano comportare, pare potersi conchiudere dicendo, che curando l' esposto non si potrà non riuscire nelle brame.

§. 432. *Conchiusione generale dell' opera.* Si propose per oggetto igiologico da trattarsi dar conoscenze per principj teorico-pratici come

conservar l'uomo nello stato sano e longevo. Dal fin quì detto ciò è stato eseguito dicendo della salute in generale ed in particolare; del come conservarla sana e longeva ai varj individui della razza nelle diverse classi sociali, e nello insieme de' popoli. Quindi si può conchiudere come si enunciò che stando ai precetti dati nella presente opera, l'uomo si serberà certamente sano e longevo.

FINE.

INDICE

Del contenuto nella presente opera.

Preliminare . . . . . pag. V
Definizione, *storia*, *oggetto*, *vantaggi*, e *piano dell' opera* VII
Sezione I. *Nozioni sulla salute e precetti per ben conservarla* 1
Capitolo I. Della salute . . . . . *ivi*
Articolo I. Della salute in generale . . . 2
Articolo II. Della salute in particolare . . 4
Nuova classificazione de' temperamenti . . . 6
Cap. II. Della maniera come conservare la salute sana, e quindi longeva . . . 13
Art. I. Nozioni per avere prole sana e longeva 15
Art. II. Avvisi per ovviare all' azione di oggetti nocivi all' umano organismo, e quindi alla buona salute 20
Art. III. Norma per ben usare delle cose necessarie alla vita 25
Titolo I. Aria 26
Titolo II. Cibo, e bevanda 40
Titolo III. Moto, e quiete 86
Nuova classificazione de' movimenti che possono aver luogo nel corpo umano vivente. 90
Titolo IV. Sonno, e veglia 100
Titolo V. Ritenzioni, escrezioni, ed escreto ritenzioni 106
Titolo VI. Affezioni dello spirito 118
Titolo VII. Educazione 129
Art. IV. Uso delle cose necessarie alla vita nello stato morboso 142

Sezione II. *Avvisi per conservare vita sana e longeva alle varie classi sociali* . . . 151
Cap. I. Precetti per la classe sociale agiata *ivi*
Art. I. Classe sociale agiata, e senza occupazioni 152
Art. II. Classe sociale agiata con diverse occupazioni 153
Tit. I. Precetti per conservare sana e longeva la salute de' Principi . . . . . *ivi*
Tit. II. Precetti pe' Grandi di Stato . . . 156
Tit. III. Precetti pel ceto ecclesiastico . *ivi*
Tit. IV. Avvisi alla classe de' letterati agiata 158
Cap. II. Classe sociale travagliatrice . . . 160
Art. I. Classe sociale attiva 161
Art. II. Classe sociale meno attiva . . . 176
Sezione III. *Avvisi per ben conservare la salute de' popoli* 190
Cap. I. Mezzi per avere buone generazioni *ivi*
Cap. II. Cure generali per ben regolare gli andamenti delle cose necessarie alla vita de' popoli 196
Cap. III. Vedute generali per preservare la salute de' popoli dall'azione degli oggetti nocivi 223
Cap. IV. Istituzioni salutari 253
Conchiusione generale dell' opera 267

A. S. E.

Il Sig. Presidente della Regia Università degli Studj di Napoli, e della Giunta di Pubblica Istruzione del Regno.

Eccellenza

Raimondo Lorido pubblico stampatore cerca permesso di potere stampare l'opera intitolata *Igiologia* del Dott. D. Achille Vergari; a qual oggetto la supplica per la dovuta revisione.

Presidenza della Giunta per la Pubblica Istruzione — A 26 Luglio 1825.

Il Regio Revisore Sig. D. Saverio Macrì avrà la compiacenza di rivedere l' opera sudetta, e di osservare se vi sia cosa contro la Religione ed i dritti della Sovranità.

Il Deputato per la revisione de' libri
Can.° Franc.° Rossi.

Eccellenza Reverendissima

L' autore dell' opera intitolata *Igiologia del Dott.* D. *Achille Vergari* merita a mio giudizio non meno lode che plauso, per avere raccolto con molta diligenza e con savio accorgimento i precetti i più essenziali per vivere ciascun uomo sano e lungamente. Laonde son di avviso che possa pubblicarsi colle stampe, non contenendo cosa alcuna che in minima parte offenda la Religione, il buon costume, ed i dritti della Sovranità.

Napoli 1.° Settembre 1825.

Il Revisore
Saverio Macrì.

Napoli 26. Ottobre 1825.

Presidenza della Giunta per la pubblica Istruzione.

Vista la domanda del Tipografo Raimondo Lorido, con la quale chiede di stampare l' opera intitolata *Igiologia del Dottore* D. *Achille Vergari*;
Visto il favorevole parere del Regio Revisore D. Saverio Macrì;
Si permette che l' opera indicata si stampi, però non si pubblichi senza un secondo permesso, che non si darà se prima lo stesso Regio Revisore non avrà attestato di avere riconosciuta la impressione uniforme all' originale approvato.

Il Presidente
M. Colangelo.

Il Segret. gen. e memb. della giunta
Loreto Apruzzese.

pagine	linee	ERRORI	CORREZIONI
5	1	Dappoichè	Poichè
15	15	qnindi	quindi
16	29	macchina	corpo
17	15	fecale	fecciosa
19	25	vidimus	vividus
37	27	proposizione	proporzione
ivi	29	nna	una
39	17	dappoichè	poichè
43	25	nomo	uomo
52	5	anguilla	oooo
ivi	29	butiro	butirro
57	13	siero	sidro
64	3	?	oooo
81	17	alcune	di alcune
104	13	labens	lambens
135	28	della femina	delle femine
138	13	che	che questi
141	7	del	dal
146	33	porlo	porli
197	3	garantirlo	garantirli
201	23	portarsi	portar si dovrebbero
209	27	spsosatezza	spossatezza
227	12	zico	zinco
242	28	e da	ed a
252	34	alrove	altrove
257	1	tutti	di tutti
258	4	necessità	necessita

A01 146 1865

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google

192
G
28